



MELİKŞAH
Anadolu Lisesi

REHBERLİK SERVİSİ

2024-2025

Kasım

ÖĞRENCİLERDE SOSYAL BECERİ GELİŞİMİ VE SOSYAL BECERİ GELİŞİMİNDE EBEVEYNİN ROLÜ

VELİ BİLGİLENDİRME BÜLTENİ

- SOSYAL BECERİ
- SOSYAL BECERİLER NELERDİR?
- SOSYAL BECERİ GELİŞİMİNDE AİLENİN ROLÜ
- SOSYAL BECERİ GELİŞİMİNDE EBEVEYNLERE ÖNERİLER
- SOSYAL BECERİ TEMELLİ KİTAP VE FİLM ÖNERİLERİ

SOSYAL BECERİ

Okul dönemi, çocukların kişisel ve sosyal gelişimlerinin hızlı olduğu bir dönemdir. Çocuklar kendi bakış açılarını fark ettikleri ve buna önem verdikleri bir döneme geçmektedirler. Yeni girdikleri okul ortamında artık çocuklardan beklentiler de farklılık göstermektedir. Çocuğun kendi yaşlıları ile birlikte sosyal bir grup olarak etkileşim ve uyum içinde yaşamalarını öğrenmeleri, bu dönemde çocuklardan beklenen davranışlardır.

Çocuklar duygu ve düşüncelerini ifade etme, karşıdaki insanı dinleyebilme ve zor durumlarla başa çıkabilme gibi davranışları gösterebilmelidir. Çocukların beklenen bu davranışları göstermeleri, onların bazı becerilerinin gelişmesine bağlıdır. Kişiler arası ilişkilerin kurulabilmesi için gerekli olan bu becerilere “**sosyal beceriler**” adı verilmektedir.



NEDİR BU SOSYAL BECERİLER?

Sosyal yaşamımızı kolaylaştıran tüm davranışlarımız aslında sosyal beceri kapsamındadır. Temel olarak bu becerileri şu şekilde kategorize edebiliriz:

1

İlişkiyi Başlatma ve Sürdürme Becerileri

Dinleme, konuşmayı başlatma ve sürdürme, teşekkür etme, iltifat etme, yardım isteme, bir gruba katılma, yönergelere uyma, özür dileme ve ikna etme becerilerini içerir.

2

Bir Grupla Bir İş Yürütebilme Becerileri

Grupta iş bölümüne uyma, grupta sorumluluğu yerine getirme, başkalarına destek olma, başkalarının görüşlerini anlamaya çalışma becerilerini içerir.

3

Duygulara Yönelik Beceriler

Kendisinin ve başkalarının duygularını anlama, duygularını ifade etme, karşı tarafın kızgınlığı ile başa çıkma, sevgiyi ve iyi duyguları ifade etme, korku ile başa çıkma, kendini ödüllendirme becerilerini içerir.

4

Saldırgan Davranışlarla Başa Çıkma Becerileri

İzin isteme, paylaşma, başkalarına yardım etme, uzlaşma, kızgınlığını kontrol etme, olumsuz durumları sağlıklı yollarla çözme, hakkını koruma, savunma, alay etmeye karşı koyma ve kavgadan uzak durma becerilerini içerir.

5

Stres Durumlarıyla Başa Çıkma Becerileri

Başarısız olunan bir durumla başa çıkma, grup baskısıyla başa çıkma, utanılan bir durumla başa çıkma, yalnız bırakılma ile başa çıkma becerilerini içerir.

6

Stres Durumlarıyla Başa Çıkma Becerileri

Ne yapacağına karar verme, sorunun nedenini araştırma, amaç belirleme, bilgi toplama, karar verme ve bir işe yoğunlaşma becerilerini içerir.

SOSYAL BECERİ GELİŞİMİNDE AİLENİN ROLÜ

Aile ortamı çocuğun dünyada ilk yer edindiği sosyal ortamdır. Dolayısıyla çocukların ilk sosyal becerileri burada gelişir. Ailelerin çocukları için yapabilecekleri en önemli şey seven, onaylayan, kabul eden ve saygı duyan bir tutumu benimsemektir.



Ebeveynler çocuklar için bir **rol model**dir. Çünkü çocuklarınız sizin nasıl iletişim kurduğunuzu, tutum ve davranışlarınızı gözlemlerler. İletişimi başlatmak, sürdürmek, işbirliği yapmak, özür dilemek, özrü kabul etmek, paylaşmak gibi pek çok temel sosyal davranış ailede öğrenirler.

— “ —
**SİZİN ŞEKİLLENDİRDİĞİNİZ ÇOCUKLARINIZ, SOSYAL
ÇEVRESİNE SİZDEN ÖĞRENDİKLERİNİ YANSITIR.
İYİSİNİ DE KÖTÜSÜNÜ DE...**

— ” —

SOSYAL BECERİ GELİŞİMİNDE EBEVEYNLERE TAVSİYELER

HAYIR DEMESİNE İMKAN TANIYIN.

Çocuğunuzun sizin her dediğimize uymasını, evet demesini beklerseniz, gerektiğinde başkalarına da hayır diyemez. Onunla ilgili konularda tercihini ifade etmesine olanak tanıyın.



DUYGULARINI İFADE ETMESİNE YARDIMCI OLUN.

Ailece birbirinizin duygularını fark etmeye özen gösterin. Çocuğunuz bir şey anlatırken ya da bir davranışta bulunurken içinde bulunduğu duyguyu fark etmeye çalışın ardından söyleyerek doğruluğunu test edin.

Canın sıkın görünüyor, bunu yaptığın için mutlu görünüyorsun gibi.

EV KURALLARINI BİRLİKTE OLUŞTURUN.

Çocuklar haberleri olduğu ve katılım sağladıkları durumları daha kolay benimser ve uygularlar. Bu sebeple eviniz ile ilgili kuralları beraber oluşturarak onun da fikirlerini alın. Ailenin tüm bireylerini kapsayacak kurallar oluşturmaya özen gösterin. Örneğin yemek sırasında teknolojik aletlerin kullanılmaması



SOSYAL ETKİNLİKLERE KATILMASINI DESTEKLEYİN.

Çocuğunuzun arkadaşlarıyla güvenli sosyal alanlarda görüşme, spora ve kursa gitme vb. organizasyonlar yapmasını destekleyin. Bunu hemen mükemmel yapmasını beklemeyin. Sonuçlarını görüp deneyim kazanmasına olanak verin. Yolunda gitmeyen durumlar için neler yapılabilir birlikte konuşun.



SOSYAL BECERİ GELİŞİMİNDE EBEVEYNLERE TAVSİYELER

SORUMLULUK VERİN.

Evde ailenin her üyesinin olduğu gibi çocuğunda sorumlulukları olmalıdır. Yaş grubuna uygun olarak görevlendirmeler yapılabilir. Örneğin; yatağını toplama, çiçek yetiştirme, yemek masasını kurma ve toplama gibi.



ONU DİNLEYİN.

Çocuğunuzu dinlerken o an yaptığınız işe ara verin. Bedeninizi ona doğru çevirin ve öncelikle onun konuşmasına izin verin, sonuna kadar dinleyin ve sonrasında onu anladığınızı belirten dönütlerde bulunun.

ÖFKESİNİ YAŞAMASINA VE YÖNETMESİNE OLANAK TANIYIN.

Çocuğunuz kızgınlığını saldırgan olmadan ifade edince onu takdir edin. Sinirlendiğinde veya ağladığında onun isteklerini yaparak öfkesini yanlış şekilde pekiştirmeyin. Sakinleşme becerilerini gözlemleyin ve yapabildiğinde takdir edin.



NEZAKET İFADELERİ KULLANIN.

Çocuğunuzla ve başkalarıyla konuşurken nezaket ifadelerini uygun yerde kullanarak model olun. Çocuğunuz bir şeyi kabaca istediğinde bunu kibarca nasıl isterdin diye sorun. Böyle yaptığında eğer isteği makulse gerçekleştirin.

VE EN ÖNEMLİSİ ÇOCUĞUNUZUN YAPMASINI İSTEDİĞİNİZ DAVRANIŞLARI ÖNCELİKLE KENDİNİZ BENİMSEYİP YAPARAK ROL MODEL OLUN.

SOSYAL BECERİ GELİŞİMİNE DAİR FİLM ÖNERİLERİ

- **Can Dostum**
- **3 İdiots**
- **Yerdeki Yıldızlar**
- **Forrest Gump**
- **Özgürlük Yazarları**

Bu filmler iletişim, empati, arkadaşlık, zorlukla başa çıkma vb. durumları işleyen filmlerdir. Bu filmler, birlikte izleyerek eğlenceli vakit geçirmenizi ve çocuklarınızın sosyal beceriler, empati, iletişim ve aile içi ilişkiler hakkında konuşmalarını teşvik edebilir.

Filmleri izlemekten fazlası filmler ile ilgili sohbet etmektir.

SOSYAL BECERİ GELİŞİMİNE DAİR KİTAP ÖNERİLERİ

Bu kitaplar öncelikle ebeveyn olarak kendi sosyal gelişiminizi gözden geçirmek ve farkındalığınızı arttırmak amaçlı önerilmektedir.

Kitaplar sosyal becerilerinizi geliştirmenin sadece bir yoludur; pratik yapmak, deneyimlerden öğrenmek ve başkalarıyla iletişim kurmaya açık olmak daha önemlidir.

- **İçimizdeki İnsan**
Yazar: Doğan Cüceloğlu
- **Duygusal Zeka: İş ve İnsan İlişkilerinde Başarı**
Yazar: Emre Konuk