

SOSYAL BECERİ GELİŞTİRME

GÜNER ŞENPAMUKÇU ORTAOKULU REHBERLİK SERVİSİ

BİR BAKIŞTA

- **SOSYAL BECERİLER NELERDİR VE NEDEN ÖNEMLİDİR?**
- **EVDE SOSYAL BECERİLERİN GELİŞİMİNİN DESTEKLENMESİ**

SOSYAL BECERİ NEDİR

Sosyal beceriler, insanların başkalarıyla etkili ve sağlıklı bir şekilde iletişim kurmasını, işbirliği yapmasını ve empati geliştirmesini sağlayan yeteneklerdir. Bu beceriler, çocuğunuzun başkalarıyla olumlu ilişkiler kurmasına, problem çözme yeteneklerini geliştirmesine ve toplum içinde kendine güvenle hareket etmesine yardımcı olur.

Çocukların sahip olması beklenen temel sosyal beceriler şunlardır:

İletişim: Fikirlerini açıkça ifade edebilme, dinleme ve karşılıklı anlayış geliştirme.

Empati: Başkalarının duygularını anlama ve onlara uygun şekilde tepki verebilme.

İşbirliği: Grup içinde sorumluluk alma ve diğerleriyle uyumlu bir şekilde çalışma.

Problem Çözme: Anlaşmazlıkları çözme ve çözüm yolları üretme becerisi.

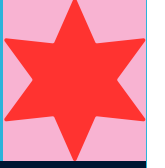
SOSYAL BECERİLER NEDEN ÖNEMLİDİR?

Çocuğunuzun sosyal becerileri, hem okul hayatında hem de sosyal çevresinde sağlıklı ilişkiler kurabilmesini sağlar. Bu beceriler, çocuğunuzun:

- Arkadaşlıklar kurmasına ve sürdürmesine,
- Zorbalık gibi olumsuz durumlarla başa çıkmasına,
- Duygusal zekâsını ve empati yeteneğini geliştirmesine,
- Akademik ve sosyal başarıya ulaşmasına katkı sağlar.



EVDE ÇOCUĞUNUZUN SOSYAL BECERİLERİN GELİŞİMİNİ NASIL DESTEKLEYEBİLİRSİNİZ?



İyi Bir Dinleyici Olmalarını Teşvik Edin: Çocuklarınıza başkalarını dikkatlice dinlemenin önemini öğretin. Bir başkasını dinlerken göz teması kurmanın ve karşısındakinin ne söylediğini anlamaya çalışmanın, etkili bir iletişimin temel parçası olduğunu vurgulayın.

Empatiyi Destekleyin: Çocuğunuzla empati üzerine konuşun. Onlara, bir arkadaşlarının zor bir durum yaşadığında neler hissedebileceğini sorarak empati yeteneklerini geliştirmelerine yardımcı olun. Onların başkalarının duygularını anlamalarını sağlamak, sosyal ilişkilerini güçlendirir.

Örnek: Bir TV programı izlerken ya da bir hikaye okurken, çocuğunuza "Sence bu karakter ne hissediyor? Sen olsaydın nasıl hissederdin?" gibi sorular yöneltin. Bu, çocuğunuzun başkalarının duygularını anlamasını ve empati kurma becerisini geliştirmesini sağlar.

Problem Çözme Becerilerini Geliştirin: Çocuğunuzun karşılaştığı sorunlar veya anlaşmazlıklar hakkında onunla konuşun. Bir sorunu nasıl çözebileceği konusunda fikirler üretmesine rehberlik edin. Çocuğunuzun kendi çözüm yollarını bulmasına fırsat vermek, onların özgüvenini ve problem çözme yeteneğini artırır.

Örnek: Çocuğunuz, kardeşiyle veya bir arkadaşıyla bir anlaşmazlık yaşadığında, hemen müdahale etmek yerine çocuğunuza şu soruyu sorarak yönlendirin: "Bu durumu çözmek için ne yapabilirsin? Başka nasıl bir çözüm bulabilirsin?" Böylece ona, kendi başına problem çözme yolları bulma becerisi kazandırabilirsiniz.

Pozitif Davranışları Örnek Almasını Sağlayın: Çocuklar, sosyal becerileri büyük ölçüde model alarak öğrenirler. Evde empati, saygı, işbirliği ve iletişim gibi pozitif sosyal becerileri gösterdiğinizde, çocuğunuz da bunları benimsemeye başlayacaktır.

Grup Aktivitelerine Katılımı Teşvik Edin: Çocuğunuzun takım çalışması yapabileceğı sosyal aktiviteler veya spor etkinliklerine katılmasını destekleyin. Bu tür etkinlikler, işbirliğı ve sosyal etkileşim becerilerinin gelişmesine yardımcı olur.

Duygusal Zekâyı Destekleyin: Çocuğunuzun duygularını tanımasına ve ifade etmesine yardımcı olun. Onlara duygularını sözel olarak ifade etmeyi öğretin ve bu duyguların normal olduğunu hissettirin. Bu, hem kendi duygularını hem de başkalarının duygularını daha iyi anlamalarını sağlar.

Örnek: Çocuğunuz üzgün, sinirli ya da endişeli hissettiğinde, ona "Ne hissediyorsun?" diye sorun ve hislerini isimlendirmesine yardımcı olun. "Sanırım sinirli görünüyorsun, bu konuda konuşmak ister misin?" gibi cümlelerle duygularını ifade etmesine olanak sağlayın. Bu, duygusal farkındalıklarını artırır ve duygularını sağlıklı bir şekilde ifade etmeyi öğrenmelerine yardımcı olur.

Sosyal Medya ve Teknoloji Kullanımına Dikkat Edin:



Günümüzde sosyal medya ve teknoloji, çocukların sosyal becerilerinde önemli bir rol oynuyor. Çocuklarınızın sosyal medya kullarımlarını izleyin ve teknolojiyi sağlıklı bir şekilde kullanmaları konusunda rehberlik edin. Onlara, yüz yüze iletişimin ve sosyal etkileşimlerin önemini vurgulayın.

SON SÖZ....



- **Sosyal beceriler, çocukların hayat boyu kullanacakları önemli yeteneklerdir. Bu becerilerin gelişimini desteklemek, onların sadece bugün değil, gelecekte de mutlu ve başarılı bireyler olmalarına katkı sağlar. Evde onlara rehberlik ederek ve pozitif sosyal etkileşimler sunarak, sosyal becerilerini güçlendirebilirsiniz.**