



ŞEHİT POLİS TAHTA YASİN BİÇER KIZ AİHL REHBERLİK SERVİSİ

10.04.2025

SOSYAL BECERİLERİMİZ

SOSYAL BECERİLER VELİ BÜLTENİ

KİMDİR BU İNSAN

Varlık arayışındaki (hayat mücadelesindeki) insan sağlıklı sosyal ilişkiler geliştirme çabası içerisinde. Çünkü bir çok canlının aksine insanın kendini bir topluluğa, kültüre, inanca ait hissetme ihtiyacı vardır. Ancak bu ihtiyacı karşıladığında bütüncül huzura erişebilmektedir. Çevreyle sağlıklı ilişkiler kurabilmesi ve ait hissedebilmesi için de bir takım becerileri edinmiş ve uygun ortamlarda kullanabiliyor olması gerekmektedir. Bunlar; temel sosyal beceriler, ileri sosyal beceriler, duygulara yönelik beceriler ve okul/iş yaşantısı ile ilgili beceriler olarak sıralanabilir.

1. **Temel Sosyal Beceriler:** Selamlaşmak, dinlemek, konuşmayı başlatmak ve/veya sürdürmek, teşekkür etmek, soru sormak kendini ve/veya başkalarını tanıtmak vb.
2. **Duygulara Yönelik Beceriler:** Kendisinin/çevresinin duygularını anlamak ve ifade etmek, duygularını kontrol etmek, olumlu/olumsuz geri bildirimlerde bulunmak vb.
3. **İleri Sosyal Beceriler:** Yardım almak, yardım etmek, hoşgörülü olmak, yönerge almak, yönerge vermek, özür dilemek, sıra beklemek, gruba dahil olmak vb.
4. **Okul/iş Yaşantısı ile İlgili Beceriler:** Görev ve sorumluluklarını zamanında yerine getirmek, kurallara uymak, faaliyetlere yönelik geri bildirimleri takip etmek vb.

BİREYLERİN SOSYAL BECERİLERE YÖNELİK YETERLİLİKLERİ İÇERİSİNDE BULUNDUKLARI TOPLUMLA OLAN İLİŞKİLERİ GÖZLENEREK YORUMLANIR. ÇOĞUNLUKLA: UYUMLU İLİŞKİLER GÜÇLÜ SOSYAL BECERİLERİN GÖSTERGESİ İKEN UYUMSUZ VE ÇATIŞMA ODAKLI İLİŞKİLER ZAYIF SOSYAL BECERİLERİN GÖSTERGESİ OLARAK KABUL EDİLİR.

SOSYAL BECERİLERİN ÖNEMİ

İLETİŞİM VE İFODE YETENEĞİ

Sosyal beceriler duygu, düşünce ve ihtiyaçların uygun yöntemlerle ifade edilmesine yardımcı olur. Bu durum kişinin kendini daha iyi anlatmasını sağlar.

ARKADAŞLIK VE SOSYAL BAĞLANTI

Sosyal becerileri güçlü bireyler arkadaş edinme ve bir gruba dahil olma sürecinde oldukça başarılıdırlar. Bu durum sosyalleşme açısından önemli bir avantajdır.

DUYGUSAL GELİŞİM

Sosyal becerileri gelişmiş bireyler duyguları anlama ve yorumlamada oldukça yeteneklidirler. Bu durum uygun davranış örüntülerini destekler

SOSYAL BECERİLERİN ÖNEMİ

ÇATIŞMA ÇÖZME BECERİLERİ

Çatışmalar insan doğasının kaçınılmaz bir parçasıdır. Önemli olan uygun çözüm yöntemlerinin işe koşulmasıdır. Bu durumda en önemli yardımcı kaynak sosyal becerilerdir.

ÖZGÜVEN GELİŞİMİ

Sosyal ortamlarda başarılı bireylerin özgüvenleri yüksektir. Özellikle sosyal olayları anlama, yorumlama ve uygun tepkiler geliştirme özgüven gelişimini destekler.

AKADEMİK BAŞARI

Kurallara uyum sağlama, iş birliği yapma, kendini uygun yöntemlerle ifade etme gibi becerileri gelişmiş bireyler için akademik başarı ulaşılması muhtemel sonuçtur.

AİLENİN GELİŞİME ETKİSİ

Eğitim ailede başlar ve her çocuğun ilk öğretmeni anne ve babasıdır. Dünyaya gelindiği andan itibaren en çok vakit geçiren topluluk ailedir. Bu uzun birliktelikler sonucu benzeşme kaçınılmazdır.

AİLENİN GELİŞİME ETKİSİ

Aile çocukların katıldıkları ilk sosyal ortam olması nedeniyle beceri gelişiminde önemli bir paya sahiptir. Çocuklar sosyal becerileri ilk olarak aile içerisinde gözlemler, öğrenir, uygular ve sonuçlarını değerlendirerek tekrarlama eğilimlerini belirler. Bu doğal öğrenme süreci içerisinde ailelere düşen görev doğru model olmak ve geliştirici tepkiler üretilmesinde yol gösterici konumda bulunmaktır. Geliştirici tepkiler: hatalı davranışın merkeze alınmasından ziyade davranışın düzeltilmesi ve/veya alternatif davranış örüntülerinin geliştirilmesinde yardımcı tepkilerdir. Örneğin çocuğunuzun öğretmeni tarafından arandınız ve çocuğunuzun ödevlerini yapmadan okula gittiğini öğrendiniz. Bu kişisel değerleriniz açısından önemli bir sorumluluk ihlaliydi ve çocuğunuz korku dolu gözlerle sizin vereceğiniz tepkiyi bekliyordu. Unutmayınız ki bu durumda vereceğiniz tepki çocuğunuzun ileriki yaşamında benzer durumlarda geliştireceği tepkilerin öncüsü olacak. Bir karar vermelisiniz. Sert bir dille hatasını yüzüne vurup hesap mı soracaksınız: hatasını vurgulayıp çözüm önerisi geliştirmesine yardımcı mı olacaksınız? İkinci seçenek beceri gelişiminde olumlu rol model ebeveyn tutumunu yansıtmaktadır. Yaşananlar ve buna bağlı tepkiler inişli çıkışlı olsa da ebeveynlerin tutumları buradan hareketle tutarlı bir örüntüde olmalıdır.

AİLELERE ÖNERİLER

Ebeveyn olarak çocukların sosyal beceri gelişimlerinin desteklenmesinde yapılabilecek sınırsız uygulamadan bir kaç örnek aşağıda sıralanmıştır. Aile içi ilişkilerde ve çocuğunuzun çevresiyle olan ilişkilerinde sıralanan başlıklara dikkat etmeniz değişim kıvılcımının ateşlenmesine yardımcı olacaktır. Kalıcı öğrenmeler gözleyerek ve deneyerek mümkündür. Bu nedenle aile içinde yapılandırılmış ortamda farklı deneyimler için fırsat yaratılmalıdır. Sınırlar önemlidir. Çocuklar bulundukları ortamda neyi yapıp neyi yapamayacaklarını mutlaka önceden bilmelidir. Eylemden sonra verilen tepkiler sürpriz tepkilerdir. Çocuklar için toplumsal alanlarda alınan iltifatlar çok kıymetlidir. Bu nedenle istendik davranışların tekrarlanma sıklığının artırılması için onları motive etmekte fayda vardır. Çocuklar yaşamımızın en kıymetli varlıklarıdır. Onlar için yapabileceğiniz en büyük iyilik zaman ayırmak ve kendilerini değerli hissetmelerine yardımcı olmaktır.

SİZ ÖNEMLİSİNİZ !

**BECERİ EDİNİMİ AİLEDE BAŞLAYIP OKULDA DEVAM EDEN BİR SÜREÇTİR.
YAPILANDIRILMIŞ AİLE İLİŞKİLERİ VE ROL MODEL EBEVEYNLER İSTENDİK
DAVRANIŞ GELİŞTİRME SÜRECİNDE ANAHTAR KAVRAMLARDIR**

ŞEHİT POLİS TAHA YASİN BİÇER KIZ ANADOLU İMAM HATİP LİSESİ

REHBERLİK SERVİSİ