



SOSYAL BECERİLER

VELİ-ÖĞRETMEN SUNUMU

Sosyal beceriler, çocukların hem akademik hem de sosyal yaşamlarında başarılı olmalarının temelini oluşturur. İyi sosyal beceriler, sağlıklı arkadaşlık ilişkileri kurmalarını ve duygusal zekalarını artırmalarını sağlar. Öte yandan, akran zorbalığı, bu becerilerin eksik olduğu durumlarda sıkça karşılaşılan bir sorundur. Bu nedenle, sosyal becerilerin güçlendirilmesi, akran zorbalığını önlemede etkili bir yol olarak karşımıza çıkıyor.

Sosyal Beceri Nedir?

Sosyal beceri, bireyin içinde bulunduğu çevreyle ilişki kurmasını, uyum sağlamasını, başkalarına duyarlı olarak kendini ifade etmesini ve karşılaştığı sorunlarla başa çıkmasını da içeren öğrenilmiş davranışlardır.



Okulda Ne İŖe Yararar?



Öğretim sürecinde öğretmeninin anlattıklarına dikkat edemeyen, konuşulan ya da anlatılanları dinlemeyen, yönergelere-kurallara uymayan, söz almak için sırasını beklemeyen, araç-gerecini arkadaşları ile paylaşmayan, sorulara cevap vermeyen ya da soru sormayan çocukların öğrenme ortamından yararlanma düzeyleri oldukça güçtür.

Sosyal becerileri gelişmemiş çocuklar, zaman zaman istenmeyen davranışlar sergilerler ve bu davranışlar çocukların sosyal kabul görmelerini ve arkadaş/öğretmen ilişkilerini olumsuz etkiler.



Okulda Ne İŖe Yararar?

Sosyal Beceri Eđitimleri dikkat, dinleme, algılama ve yönerge alma gibi okul başarısını doğrudan etkileyen bilişsel becerileri geliştirmeye; okula uyum sorunları, agresif davranışlar, öfke kontrol sorunları gibi problem durumlarını azaltmaya ve problem çözme becerisini geliştirerek akademik başarının artmasına yardımcı olur.

Bir çocukta sosyal becerilerin gelişmesi, aynı zamanda akademik becerilerin de gelişmesi anlamını taşıyacağından, çocuklarda Sosyal Beceri Eđitimlerine önem verilmesi, okul başarısı için de yararlı olacaktır.



Okulda Ne İŖe Yararar?



Sosyal beceri araştırmalarında, sosyal becerileri gelişmiş çocukların ve bireylerin alkol, madde kullanımı, kendine ve başkalarına zarar verme, okula uyum sorunları, agresif davranışlar, öfke kontrol sorunları ve stres belirtileri belirgin şekilde daha az bulunmuştur.

Sosyal becerilerin kazandırılması, çeşitli uyum ve davranış sorunları yaşayan çocukların rehabilite süreçlerinin ve eğitimlerinin de önemli bir parçasıdır.



Peki Nedir Bu Sosyal Beceriler?



- **İlişki Başlatma ve Sürdürme Becerileri:** Biri ile konuşurken onu dinleme, yüzüne bakma, kendini tanıtmak, uygun yerde uygun nezaket ifadelerini kullanma, birisi ile karşılaştığında selamlaşma, ayrılırken vedalaşma, arkadaşları ile paylaşma, yardım isteme, uzlaşma gibi.
- **Atılganlık Becerileri:** En geniş anlamı ile ise kişinin duygu, düşünce ve isteklerini karşısındaki kişinin de haklarını gözeterek ifade etmesidir.



Peki Nedir Bu Sosyal Beceriler?

Duygulara Yönelik Beceriler: Duygular hem genetik hem de kültürel bir mirastır ve anne karnında var olmaya başlar, yaşam boyu da gelişimini sürdürür. Bireyin, içinde var olan duyguları anlaması, tanımlaması; zihninde nasıl bir tepki vereceğini belirlemesine de yardımcı olur.

Saldırgan Davranış ve Dürtülerle Başa Çıkma Becerileri: Saldırganlık vurmak gibi davranışsal; alay etme, dedikodu yapma gibi sözel; dışlama, aşağılama gibi psikolojik olabilir. Dürtü ise; bireyin bir ihtiyaç anında ortaya çıkan gerilimi gidermek için harekete geçmesidir. Dürtüler açlık, susuzluk gibi fizyolojik kaynaklı ya da psikolojik kaynaklı olabilir ve büyüdükçe bireyin dürtülerini erteleyebilme becerisini kazanması gerekir.



Peki Nedir Bu Sosyal Beceriler?



Sorun Çözme Becerileri: Sorun çözmek Bilişsel, Duygusal ve Davranışsal adımları içerir. Kişi karşılaştığı sorunla ilgili düşünerek (bilişsel), ne yapılacağına karar vererek(duygusal) ve mevcut imkanları kullanarak(davranışsal) bir çözüme ulaşmayı hedefler. Bu adımlar D-D-U (Dur- Düşün-Harekete Geç) şeklinde isimlendirilir.

Plan Yapma Becerileri: Planlama bir işin, görevin ne zaman, nasıl yapılacağını ve tamamlanacağını düşleyebilme ve uygulayabilme becerisidir.



Peki Nedir Bu Sosyal Beceriler?



Grupla Etkileşim ve İş Yürütme Becerileri: Okul dönemiyle birlikte çocuk, arkadaşlık kurmanın ve farklı etkinliklere katılmanın yolunun, bir gruba katılmaktan geçtiğini fark etmeye başlar. Akranlarından oluşan bir grup içinde başkalarını anlama, birlikte bir iş yürütme, kaybetmeye ve kazanmaya uygun tepkiler geliştirme becerilerini kazanır.



AİLELER ÇOCUKLARININ SOSYAL BECERİLERİNİN GELİŞMESİNE NASIL YARDIMCI OLABİLİRLER?



Çocuğunuzun Dil Gelişimini Takip Edin



Çocuk dil gelişimine bağlı olarak sosyal aktiviteler hakkındaki daha karmaşık bilgileri anlayabilir, iletişimini zenginleştirerek diğer insanların penceresinden olaylara bakmayı öğrenir. Dil gelişimi ve kelime dağarcığı çocukların sosyal becerilerini olumlu yönde etkileyen bir faktördür.

Çocuklarınızın yaşitlarının da yer aldığı ortamlarda bulunmanız, onunla bol bol sohbet etmeniz, hikaye tamamlama etkinliği, kelimeyi tahmin et vb. etkinlikler ile süreci sizler de destekleyebilirsiniz.



Çocuğunuza Kendini Kabul Ettirecek Davranışları Öğretin

Bazı davranış kalıpları çocuğun daha fazla kabul görmesine yardımcı olur. Bunlar; arkadaş canlısı olmak, paylaşımcı, yardımsever olmak, oyun oynamayı sevme yeni oyunlar bilmek, oyunda adil davranmak, sır tutmayı bilmek, diğer insanların özeline saygı duymak, güvenilir olmak, yalan söylememek, esprili ve eğlenceli olmak, yaşıtlarıyla benzer ilgi alanlarına sahip olmaktır.



Çocuğunuza Yaşıtlarıyla Birlikte Oynama Olanakı Sağlayın

Daha önce belirttiğimiz gibi çocuğun yaşıtlarıyla kurduğu ilişkiden kazandığı deneyimler çok önemlidir. Küçük yaştan itibaren yaşıtlarıyla birlikte oynama şansına sahip olan çocuklar okul ortamına girdiklerinde daha avantajlıdır, yeni gruplara uyum sağlamada daha az zorlanırlar.



Yalnız Kalmalarına İzin Verin Ve Sürekli Oyun Planlamayın



Çocuklarınızın, sizlerin kontrolünde yalnız kalabilmeleri için çaba sarf edin. Ev içindeki oyunları sürekli birlikte oynamanız gerekmez. Çocukların tek başlarına oyun kurmaları ve vakit geçirmelerine fırsat verilmeli.

Çocuklarınızla keyifli zaman geçirmeniz önemli; ancak sürekli yapılandırılmış etkinlikler sunmamanız gerekiyor. Çocukların hayal dünyaları ve oyun kurma becerileri bu şekilde zenginleşebilir. Unutmayın ki 'iyi oyun kurucu' olmak, arkadaşlar arasında ilgi çekici bir özelliktir.



Doğru Rol Model Olun

Çocuğunuzla aranızda güvenli bir ilişkinin olması büyük önem taşır. Çocuğın ilk tanıdığı insanlar olan anne-babasıyla ilişkileri, daha sonra kuracağı arkadaşlık ilişkilerinde model görevi görür.



Eve Arkadaşını Getirmesine İzin Verin



Çocuğunuzun eve arkadaşlarını getirmesine izin verin. Bu, çocuğunuzun yeni arkadaşlar edinmesi ve arkadaşlıklarını geliştirmesi için etkili bir yöntemdir. Ayrıca toplumdaki sosyal kuralları öğrenmesi açısından da gereklidir.



Arkadaşlarını Kendisi Seçmeli



Çocuğunuza kendi arkadaşlarını seçme şansı tanıyın. Bu durum onların bağımsız bir kişilik geliştirmesine olanak sağlar.

Çocuğun yeni arkadaşlar edinmesi ve bunu kendi seçimleriyle yapması çok değerli; çünkü çocuğun her bir arkadaşı kendisi için ayrı bir tecrübe olacaktır.



Sorununu Dinleyin Ama Hemen Bu Sorunu Siz Çözmeyin



Yaşadığı arkadaşlık problemlerini size aktardığında dinleyin ancak problemlerini hemen siz çözmeyin. Kendisinin çözmesi için destek verin. Sohbet sırasında çözüm için neler yapabileceğini kendisine sorun ve beraber çözüm yolları arayın.



Çocuğunuza Oyunlarında Eşlik Edin



Anne babalarıyla sıkça oyun oynayan çocuklar yaşıtlarıyla iletişim kurabilmek için daha gelişmiş sosyal becerilere sahiptirler. Yapılan gözlemlere göre, sosyal becerileri yüksek olan çocukların ebeveynleri daha sık gülümseyen, oyun esnasında çocuğu eleştirmeyen, çocuğun fikirlerine duyarlı olan anne-babalardır.

Eşit oynanan, çocuğun fikirlerine duyarlılığın esas olduğu bir oyunda çocuk yaşıtlarıyla aynı şekilde oynamayı öğrenir ve çocuğa yaşıtlarıyla oynamak konusunda pozitif bir bakış açısı kazandırır.



Çocuğunuzla Sosyal İlişkiler ve Değerler Hakkında Konuşun

Ebeveynleriyle yaşıtlarıyla olan ilişkileri hakkında daha sık konuşan çocuklar sınıfındaki çocuklar tarafından daha çok sevilen ve öğretmenleri tarafından sosyal becerileri daha yüksek bulunan çocuklardır.

Günlük sohbetin bir parçası gibi yapılan bu konuşmalar ders verir gibi değil, çocuğın hoşuna gidecek şekilde olmalıdır. Bu konuşmalar çocuğın bilgi alışverişı yapmasına olanak sağlar.



Problem Çözücü Bir Yaklaşım Sergileyin

Ebeveynler çocuklarının bütün problemlerinin cevabını bilmek, ya da onları çözmek zorunda değildirler. Çocuğunuz size arkadaşlarıyla olan bir probleminden bahsettiğinde onunla bu konuda konuşarak çeşitli çözümleri ve bakış açılarını görmesine yardımcı olabilirsiniz.

Yapılan araştırmalarda çocuklarıyla olası çözümler üzerine konuşan ana babaların çocukları, problem çözmede farklı alternatifler sunabilen ve problemlerini daha kolay çözebilen çocuklardır. Bu yüzden çocukların ilişkileri üzerine düşünebilmesi ve sonuçlarını tartabilmesini öğrenmeleri onlar için çok yararlıdır. Başkalarının duygu ve ihtiyaçlarını göz önünde bulundurmaya teşvik edilen çocuklar yaşıtlarıyla daha iyi ilişkiler kurarlar.





Yaşıtları tarafından kabul görmek ve arkadaşlıklar kurmak çocukların ufkunu genişletir, dış dünyaya ilişkin deneyim kazanmalarına ve yüksek benlik saygılarının oluşmasına yardımcı olur.

Ebeveynler olarak çocuklarınızın sosyal becerileri kazanması konusunda onlara destek olurken gerçekçi seviyede beklentiler oluşturun, çabalarını ve gösterdikleri küçük gelişmeleri bile görün, onları yüreklendirin. Çocuklarınızın çabalarının en büyük ödülü, kurduğu arkadaşlıklar olacaktır.



Teşekkürler!

