İLKOKUL

PDR BÜLTEN

İSTEK OKULLARI

Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü yayınıdır.

Merhaba,

Bu bültenimizde sizlere sosyal becerilerin neden önemli olduğunu ve çocuklara bu konuda nasıl destek verebileceğimizi aktarmak istedik. Sosyal beceriler, bireyin toplum içinde sağlıklı ilişkiler kurmasını, kendini ifade etmesini ve başkalarının duygularını anlamasını sağlayan temel yaşam becerileridir. Çocukluk döneminde bu becerilerin gelişimi, yalnızca akademik başarıya değil, aynı zamanda duygusal dayanıklılık ve kişisel güvenliğe de doğrudan katkı sağlar. Sosyal beceriler; çocuğun kendi sınırlarını tanımasını, başkalarının sınırlarına saygı duymasını ve zorlayıcı durumlarla baş ederken uygun tepkiler vermesini destekler. Dolayısıyla empati, iletişim, öz denetim ve 'hayır diyebilme' gibi beceriler, kişisel güvenliğin ve öz güvenin temel yapı taşları arasında yer alır.

Keyifli okumalar dileriz.



Sosyal Becerilerin Çocuk Gelişimindeki Rolü



Sosyal Beceriler ile Kişisel Güvenlik Arasındaki Bağ



Ebeveyn Tutumlarının Sosyal Becerilere Etkisi



Ev Ortamında Sosyal Becerileri Destekleyen Etkinlikler



ÇOCUKLARDA SOSYAL BECERİLERİN GELİŞİMİ VE KİŞİSEL GÜVENLİĞE ETKİSİ

Sosyal Becerilerin Önemi

Çocuklar sosyal çevreleriyle kurdukları ilişkiler aracılığıyla paylaşmayı, iş birliğini, sıra beklemeyi ve duygularını uygun biçimde ifade etmeyi öğrenirler. Bu beceriler, olumlu akran ilişkileri geliştirmelerine ve öz saygılarını korumalarına yardımcı olur. Sosyal becerileri güçlü çocuklar, karşılaştıkları olumsuz durumlarda kendilerini daha net ifade eder, yardım isteyebilir ve sınırlarını koruyabilirler. Bu yönüyle sosyal beceriler, kişisel güvenliğin bilişsel ve duygusal temellerini oluşturur.

Sosyal Beceriler ve Kişisel Güvenlik İlişkisi

Kişisel güvenlik yalnızca fiziksel bütünlüğü korumak ile sınırlı değildir, aynı zamanda duygusal ve sosyal iyi oluşun da sürdürülebilmesi anlamına gelir. Sosyal beceriler, çocukların kişisel güvenliklerini koruma kapasitelerini artırır. Örneğin güçlü iletişim becerileri geliştiren bir çocuk rahatsız olduğu bir durumda kendini açıkça ifade edebilir, empati becerisi gelişmiş bir çocuk ise hem kendi sınırlarını hem de başkalarının sınırlarını gözetebilir. Bu beceriler, çocukların "zararlı ilişkilerden kaçınma", "yardım isteme" ve "güvenli kararlar verme" davranışlarını destekler. Özellikle ilkokul çağında bu farkındalığın kazandırılması, çocuğun hayatı boyunca kullanacağı bir güvenlik temeli oluşturur.

Ebeveyn Tutumları ve Aile İçi Destek

Ebeveynlerin tutumları, çocukların sosyal beceri gelişiminde belirleyici bir role sahiptir. Çocuğuna saygı duyan, duygularını küçümsemeyen ve açık iletişim kuran ebeveynler, onun kendine güvenen bir birey olarak yetişmesini destekler. Aile içinde kurulan güven temelli iletişim, çocuğun duygularını paylaşmasını kolaylaştırır. Ayrıca ebeveynlerin birbirleriyle ve çevreyle kurdukları saygılı iletişim biçimi, çocuk için güçlü bir öğrenme modeli sunar. Aşağıdaki noktalar, aile içinde sosyal becerileri desteklemede önemlidir:

- **Çocuğu dinlemek ve duygularını onaylamak:** "Böyle hissetmen normal", "Bunu çok iyi anlıyorum." gibi kabul edici ifadeler kullanmak.
- **Kendi sınırlarını çocuğuna karşı da koruyan bir model olmak:** Ebeveynin, "Hayır, bunu daha sonra konuşmaya ihtiyacımız var." diyebilmesi.

- **Duygusal okuryazarlığı teşvik etmek:** "Bugün kardeşinle oynarken üzülmüş gibiydin, ne hissettin?" gibi günlük olaylar üzerinden duyguları birlikte adlandırmak.
- **Olumlu davranışları pekiştirmek:** Paylaşım, yardımseverlik ve işbirliği gibi davranışları fark edip övmek için "Oyuncağını arkadaşınla paylaştığın için seninle gurur duydum." ifadesi ile desteklemek.
- **Dijital ortamda güvenlik kuralları koymak:** Sosyal medya paylaşımlarında kişisel bilgilerin korunmasına dikkat etmek için "Bilgisayarda ya da tablette adını, okulunu veya adresini kimseyle paylaşmıyoruz, bu sadece aile içinde kalır." ifadelerini kullanmak.

Evde Uygulanabilecek Etkinlikler

Sosyal beceriler günlük yaşamın doğal akışı içinde desteklenebilir. Ebeveynlerin çocukla birlikte yapabileceği basit etkinlikler, bu becerilerin kalıcı hale gelmesini sağlar:

- **Empati Kutusu:** Aile üyeleri bir olay anlatır, diğerleri o durumda hangi duyguların hissedilebileceğini tahmin eder.
- **Rol Oyunları (Evcilik):** "Hayır deme", "yardım isteme" veya "bir anlaşmazlığı çözme" gibi durumlar canlandırılarak güvenli davranışlar pekiştirilir.
- **Duygu Günlüğü:** Çocuk her gün bir duygusunu çizer veya yazar. Bu, duygusal farkındalık ve ifade becerisini artırır.
- **Takım Oyunları:** Ailece işbirliği gerektiren görevler (örneğin masa hazırlama, yapboz tamamlama) sosyal dayanışmayı güçlendirir.
- **Güvenli İnternet Anlaşması:** Çocukla birlikte çevrim içi davranış kuralları belirlenir, kişisel bilgi paylaşımı konusunda farkındalık geliştirilir.

Sonuç

Sosyal beceriler, çocukların yaşam boyu sürdürecekleri ilişkilerin temelini oluşturur. Güçlü sosyal becerilere sahip çocuklar hem kendilerini hem de çevrelerini daha iyi anlar, sorunlara yapıcı çözümler bulur ve kişisel güvenliklerini daha etkili biçimde korurlar. Ebeveynlerin rehberliği, çocuğun empati, iletişim ve öz denetim gibi becerileri kazanmasında belirleyici öneme sahiptir. Aile içinde sevgi, saygı ve güvenin hâkim olduğu bir iletişim ortamı, çocuğun sosyal ve duygusal gelişiminin en güçlü teminatıdır.

İSTEK Okulları
Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Bölümü

KAYNAKÇA

T.C. Milli Eğitim Bakanlığı (2024). Sosyal Beceri Eğitimi Rehberi. Ankara: MEB Yayınları.

MEB (2023). Rehberlik ve Psikolojik Danışma Hizmetleri Programı – Sosyal Beceriler. Ankara: MEB Yayınları.

UNICEF (2023). Social and Emotional Learning for Every Child. New York: United Nations Children's Fund.

Denham, S. A. (2006). Social–emotional competence as support for school readiness. Early Education and Development, 17(1), 57–89.

Goleman, D. (1995). Emotional Intelligence. New York: Bantam Books.

Rogers, C. (1983). Freedom to Learn for the 80s. Columbus, OH: Merrill.

Baumrind, D. (1991). The influence of parenting style on adolescent competence and substance use. Journal of Early Adolescence, 11(1), 56–95.



İSTEK **ACIBADEM** OKULLARI
İSTEK **AFYON** OKULLARI
İSTEK **ANKARA** OKULLARI
İSTEK **ANTALYA** KONYAALTI OKULLARI
İSTEK **ANTALYA** LARA OKULLARI
İSTEK **ATANUR OĞUZ** OKULLARI
İSTEK **BANDIRMA** OKULLARI
İSTEK **BELDE** OKULLARI
İSTEK **BİLGE KAĞAN** OKULLARI
İSTEK **1915 ÇANAKKALE** OKULLARI
İSTEK **DENİZLİ** OKULLARI
İSTEK **GAZİANTEP** OKULLARI
İSTEK **İZMİR** OKULLARI
İSTEK **KAŞGARLI MAHMUT** OKULLARI
İSTEK **KEMAL ATATÜRK** OKULLARI
İSTEK **KUŞADASI** OKULLARI
İSTEK **LÜLEBURGAZ** OKULLARI
İSTEK **MERSİN** OKULLARI
İSTEK **OSMANİYE** OKULLARI
İSTEK **SEMİHA ŞAKİR** OKULLARI
İSTEK **ULUĞBEY** OKULLARI

İSTEK OKULLARI