

# RAŞİT EFENDİ İLKOKULU

2025  
Veli Bülteni

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Servisi



01

- **SOSYAL BECERİLER NELERDİR, ÖNEMİ NEDİR?**

02

- **SOSYAL BECERİLERE SAHİP ÇOCUKLAR NASIL BELLİ OLUR?**

03

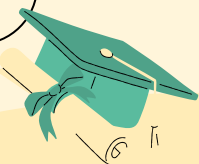
- **EVDE SOSYAL BECERİLERİ DESTEKLENMESİ**

**Değerli Velilerimiz,**

İnsan, doğduğu andan itibaren bir sosyal çevrenin içinde yer alır ve çevresiyle sürekli etkileşim halindedir. Kişilerin ilişkilerinde başkalarının davranışlarını anlayarak uygun tepkiler verebilmesi **sosyal beceriler** olarak adlandırılır. Bu beceriler çocukların arkadaşlık ilişkilerini, okul ortamındaki uyumlarını, ileride başarılı bir iş ve sosyal yaşam sürdürmelerini sağlayan en önemli becerilerdir. Bu bültende sosyal becerilerin öneminden ve evde nasıl destekleyeceğinizden bahsedeceğiz.

**SOSYAL BECERİLER NELERDİR?**

Selamlaşma, dinleme, konuşmayı başlatma, konuşmayı sürdürme ve sonlandırma, soru sorma, lütfen ve teşekkür etme sözcüklerini kullanma, kendini ve başkalarını tanıtmaya, özür dileme, paylaşma, işbirliği, problem çözme, hayır diyebilme şeklinde sıralanabilir.





## ÇOCUKLARIN SAHİP OLMASI BEKLENEN TEMEL SOSYAL BECERİLER ŞUNLAR:

Sosyal beceriler, çocukların başkalarıyla nasıl etkileşimde bulunduğunu, duygularını nasıl ifade ettiğini ve sorunları nasıl çözdüğünü gösterir. İşte çocukların sosyal becerilere sahip olup olmadığını anlamanızı sağlayacak bazı göstergeler:

- **İletişim:** Fikirleri açıkça ifade edebilme, dinleme, karşılıklı anlayış geliştirme
- **Empati:** Başkalarının duygularını anlama
- **İşbirliği:** Grup içinde sorumluluk alma ve diğerleriyle uyumlu 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 kurmasını sağlar. Bu beceriler çocuğunuzun;

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

## ÇOCUKLARIN SOSYAL BECERİLERE SAHİP OLUP OLMADIĞI NASIL ANLAŞILIR?

Sosyal beceriler, çocukların başkalarıyla nasıl etkileşimde bulunduğunu, duygularını nasıl ifade ettiğini ve sorunları nasıl çözdüğünü gösterir. İşte çocukların sosyal becerilere sahip olup olmadığını anlamanızı sağlayacak bazı göstergeler:

### 1.Etkili İletişim

a)**Göz Teması Kurma:** Çocuğunuz konuşurken göz teması kuruyor ve dinlediği kişiye dikkatini veriyorsa iyi bir iletişim becerisine işaretler.

b)**Net Konuşma:** Duygularını ve düşüncelerini net ve açık bir şekilde ifade ediyorsa sosyal becerilerini kullanıyor demektir.

c)**Dinleme Yeteneği:** Başkalarını dinleyip söz kesmeden cevap veriyorsa etkili bir iletişim becerisi geliştirmiştir.



## 2. Empati Gösterebilme

### a) Başkalarının Duygularını Anlama:

Çocuğunuz başkalarının hislerini fark edip ona göre davranıyorsa (örneğin üzülen arkadaşına destek oluyorsa), empati becerisine sahiptir.

### b) Duygulara Uygun Tepki Verme:

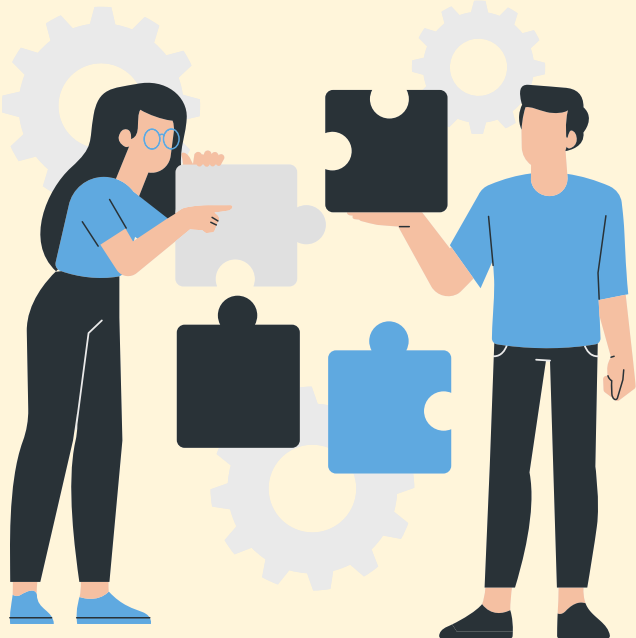
Başkalarının duygusal durumlarına uygun tepkiler veriyor ve onların yanında olmak için çaba gösteriyorsa empati yeteneği gelişmiştir.



## 3. İşbirliği Yapabilme

a) Grup İçinde Çalışma: Grup projelerinde ya da oyunlarında başkaları ile uyumlu çalışabiliyor ve katkıda bulunabiliyorsa işbirliği becerisi gelişmiştir.

b) Paylaşma ve Yardım Etme: Çocuğunuz, oyuncaklarını, malzemelerini veya zamanını başkalarıyla paylaşabiliyorsa ve ihtiyaç duyulduğunda yardım etmeye istekliyse sosyal işbirliği yeteneği gelişmiştir.



## 4. Problem Çözme

a) Anlaşmazlıkları Çözme: Arkadaşlarıyla bir sorun yaşadığında kavga etmeden, sakin bir şekilde konuşarak veya uzlaşma yoluna gidiyorsa problem çözme becerisi gelişmiş demektir.

b) Alternatif Çözümler Üretme: Çocuğunuz, bir sorunla karşılaştığında farklı çözüm yolları önerebiliyorsa veya başkalarını fikirlerine açık olabiliyorsa problem çözme becerileri gelişmiştir.



## SOSYAL BECERİ TESTİ

Çocuklara yönelik sosyal beceri testi onların sosyal etkileşimlerde nasıl davrandığını, empati kurma yeteneklerini, iletişim becerilerini ve problem çözme yetilerini ölçmeye yardımcı olabilir. Test, çocukların bu beceriyi hangi seviyede uyguladıklarını görmeyi sağlar. İşte evde uygulayabileceğiniz basit bir sosyal beceri testi örneği:

Aşağıdaki soruları çocuğunuzla birlikte değerlendirin. Her soru için "Evet" veya "Hayır" cevabını işaretleyin. Sonrasında hangi alanlarda güçlü olduğunu ve gelişmesi gereken alanları tartışabilirsiniz.



### İletişim Becerileri:

- |   |              |
|---|--------------|
| 1. Başkalarıyla konuşurken göz teması kurar mı?                   | Evet / Hayır |
| 2. Birisi onunla konuşurken onu dikkatlice dinler mi?             | Evet / Hayır |
| 3. Bir grupta konuşurken sırasını bekler mi?                      | Evet / Hayır |
| 4. Fikirlerini açıkça ve anlaşılır bir şekilde ifade edebilir mi? | Evet / Hayır |
| 5. Yeni insanlarla tanışmakta rahat mı?                           | Evet / Hayır |

### Empati ve Duygusal Farkındalık:

- |   |              |
|---|--------------|
| 1. Bir arkadaşı üzülduğünde onun nasıl hissettiğini anlar mı?                 | Evet / Hayır |
| 2. Başkalarının duygularını dikkate alarak onlara uygun tepki verebilir mi?   | Evet / Hayır |
| 3. Arkadaşlarının hislerini önemser ve onları rahatlatmaya çalışır mı?        | Evet / Hayır |
| 4. Bir anlaşmazlık sırasında başkalarının bakış açısını anlayabilir mi?       | Evet / Hayır |
| 5. Bir arkadaşı yardıma ihtiyaç duyduğunda ona yardım etmeye istekli olur mu? | Evet / Hayır |

### İşbirliği ve Grup Çalışması:

- |  |              |
|--|--------------|
| 1. Takım çalışması yaparken başkalarıyla uyumlu çalışabilir mi?              | Evet / Hayır |
| 2. Oyunlarda veya projelerde adil olma ve paylaşma kurallarına uyar mı?      | Evet / Hayır |
| 3. Grup içindeyken görev almak ve sorumluluk üstlenmek hoşuna gider mi?      | Evet / Hayır |
| 4. Bir grup çalışması sırasında, başkalarının fikirlerine saygı gösterir mi? | Evet / Hayır |
| 5. Başkalarına yardım etmeyi ve işbirliği yapmayı sever mi?                  | Evet / Hayır |

### Problem Çözme ve Anlaşmazlık Yönetimi:

- |   |              |
|---|--------------|
| 1. Arkadaşlarıyla anlaşmazlık yaşadığında kavgaya başvurmadan çözüm arar mı?    | Evet / Hayır |
| 2. Bir anlaşmazlık sırasında karşıdakini dinler ve onunla uzlaşmaya çalışır mı? | Evet / Hayır |
| 3. Bir sorunu çözmek için farklı çözüm yolları bulmaya çalışır mı?              | Evet / Hayır |
| 4. Arkadaşlarıyla sorunları konuşarak çözebileceğine inanır mı?                 | Evet / Hayır |
| 5. Karşılaştığı zorluklarla başa çıkmak için yardım istemekten çekinir mi?      | Evet / Hayır |

### Kendine Güven:

- |   |              |
|---|--------------|
| 1. Okulda, arkadaşlarının arasında kendini rahat hisseder mi? | Evet / Hayır |
| 2. Bir tartışma sırasında kendi fikirlerini savunabilir mi?   | Evet / Hayır |
| 3. Sosyal ortamlarda rahatça katılım sağlar mı?               | Evet / Hayır |
| 4. Yeni bir durumla karşılaştığında kendine güvenir mi?       | Evet / Hayır |
| 5. Fikirlerini başkalarına ifade etmekten çekinir mi?         | Evet / Hayır |

### Test Sonuçlarının Değerlendirilmesi:

- Çoğunlukla "Evet" Cevapları: Çocuğunuz sosyal becerilerde iyi bir gelişim göstermiş demektir. Empati kurabilme, iletişim kurma ve problem çözme gibi becerilerde başarılıdır.
  - Çoğunlukla "Hayır" Cevapları: Çocuğunuzun bazı sosyal becerilerde desteğe ihtiyaç duyduğunu gösterir. Bu alanlarda onu teşvik etmek ve gelişimine yardımcı olmak için birlikte çalışabilirsiniz.
- Bu testi periyodik olarak uygulamak, çocuğunuzun sosyal becerilerdeki ilerlemesini görmeyi ve hangi alanlarda daha fazla desteğe ihtiyaç duyduğunu anlamayı sağlar.



## EVDE ÇOCUĞUNUZUN SOSYAL BECERİLERİNİ NASIL DESTEKLERİNİZ?

### yi 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.

**Örnek:** Akşam yemeğinde ailece bir araya geldiğinizde, her aile üyesinin o gün yaşadığı önemli bir olayı paylaşmasını isteyin. Herkes sırayla konuşurken diğerleri dikkatle dinlemeli ve konuşmacının sözünü kesmeden ona saygı göstermeli. Bu, çocuğunuzun başkalarını dinleme ve onların söylediklerine değer verme alışkanlığı kazanmasına yardımcı olur.



### 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:

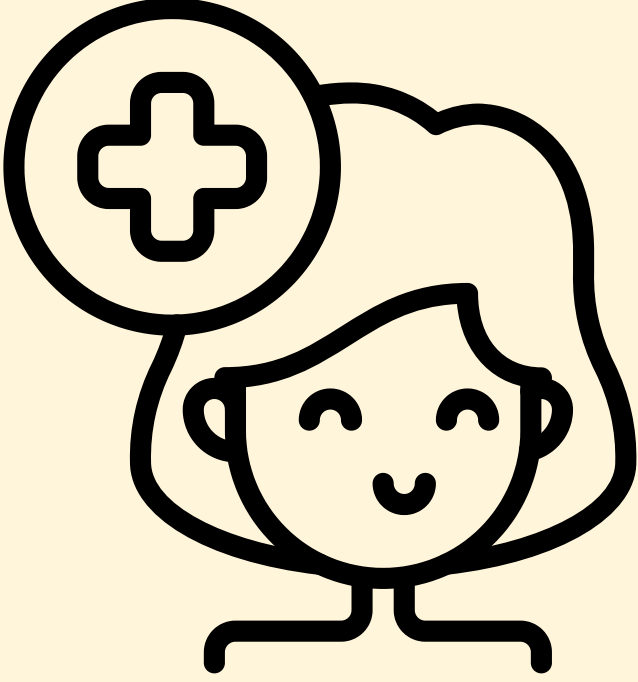
Çocuğunuzun karşılaştığı sorunlar veya anlaşmazlıklar hakkında onunla konuşun. Bir sorunu nasıl çözebileceği konusunda fikirler üretmesine rehberlik edin. Çocuğunuzun kendi çözüm yollarını bulmasına fırsat vermek, onların özgüvenini ve problem çözme yeteneğini artırır.

**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.

**Örnek:** Evde bir sorunla karşılaştığınızda, örneğin bir yanlış anlaşılma olduğunda, bunu sakin ve saygılı bir şekilde çözmeye özen gösterin. Çocuğunuz bu süreçte sizin nasıl davrandığınızı izleyerek, benzer durumlarda doğru tepkiler vermeyi öğrenir. Bir anlaşmazlık sonrasında, nasıl uzlaşmaya vardığınızı çocuğunuzla konuşarak da açıklayabilirsiniz.



## Sosyal Medya ve Teknoloji Kullanımına Dikkat Edin:

Günümüzde sosyal medya ve teknoloji, çocukların sosyal becerilerinde önemli bir rol oynuyor. Çocuklarınızın sosyal medya kullanımlarını izleyin ve teknolojiyi sağlıklı bir şekilde kullanmalarını 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.



**Haz: Reh.Öğr.Cansu KARINLI**