

# SOSYAL BECERİLER VELİ BÜLTENİ

## Sosyal Beceriler Nedir?

**Sosyal beceri**, sosyal kuralların ve ilişkilerin sözlü ve sözsüz yollarla oluşturulduğu, iletiildiği ve değiştirildiği başkalarıyla etkileşimi ve iletişimi kolaylaştıran herhangi bir yeterliliktir. Empati, işbirliği ve etkili iletişim gibi beceriler, sosyal becerilerin temelini oluşturur. Bu beceriler, öğrencilerin ilişkilerini ve problem çözme yeteneklerini geliştirir.

### Sosyal beceriler

1. Empati
2. İletişim Becerileri
3. İşbirliği ve Takım Çalışması
4. Problem Çözme
5. Duygusal Kontrol
6. Karar Verme
7. Kişisel İlişkiler
8. Liderlik
9. İş Ahlakı
10. Sosyal Farkındalık



### Sosyal beceriler:

Sınıf içinde işbirliği yapmayı, grup projelerine katılmayı ve öğretmenleriyle daha iyi iletişim kurmayı içerir. Bu beceriler, öğrencilerin sınıftaki akademik, sosyal ve kişisel performansını artırır.

### Güçlü Sosyal Becerilerin Faydaları

Güçlü sosyal beceriler geliştirmek günlük hayatımıza sayısız fayda sağlar. Öncelikle, başkalarıyla olumlu etkileşimler ve bağlantılar kurmamızı sağlar. Aktif dinleme, empati ve bakış açısı edinme gibi sosyal becerilere sahip olduğumuzda arkadaşlıklar kurmak ve sürdürmek daha kolay hale gelir.

Güçlü sosyal beceriler duygusal refahımıza katkıda bulunur. Başkalarıyla bağlantı kurma yeteneğimiz olduğunda, artan öz güven ve öz saygı yaşarız. Bu da daha iyi stres yönetimi ve dayanıklılığa yol açar. Sosyal olarak yetkin bireylerin bir destek sistemine sahip olma ve aidiyet duygusu hissetme olasılığı daha yüksektir, bu da ruh sağlıklarını olumlu yönde etkiler.

### Sosyal Beceriler Evde Nasıl Geliştirilir?

Aileler olarak evde empatik, saygılı ve açık iletişim ortamı yaratmak çocukların sosyal becerilerini geliştirmelerine yardımcı olur. Sergileyeceğimiz olumlu davranışlarla çocuklarımıza rol model olabiliriz. Aile içi iletişimin sağlıklı olması sosyal becerileri doğrudan etkileyecektir.

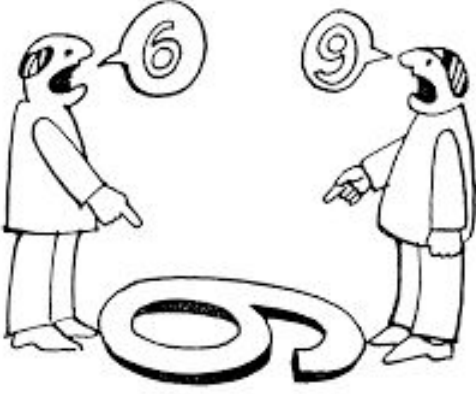


### Sosyal Becerileri Desteklemek

Veliler olarak, çocuklarımızın sosyal becerilerini desteklemek, onların daha özgüvenli, başarılı ve mutlu bireyler olmalarına yardımcı olur. Onları bu konuda desteklemek yalnızca okul hayatında değil onların gelecekteki iş ve aile ilişkilerinde de başarılı olmalarına katkı sağlayacaktır.

## Sosyal Beceriler ve Akademik Başarı

Sosyal beceriler ve akademik başarı arasında doğrudan bağlantı olmasa da sosyal becerilerin istenilen düzeyde olması öğrencilerin sınıf içinde daha iyi performans göstermelerini ve akademik becerilerinin gelişmesine katkı sağlayacaktır.



### Sosyal Becerilerin Öğretilmesi

Okullar, öğrencilere sosyal becerileri öğretmek ve geliştirmek için fırsatlar sunar. Öğrencilerimizin bu imkanlardan faydalanması için onları cesaretlendirebiliriz.

Yalnızca okullarda değil okul harici ortamlarda da öğrencilerimizin sosyal becerilerini geliştirecekleri faaliyetlere yönlendirebiliriz.



### Sosyal becerileri düşük olan öğrencilerin bazı belirgin özellikleri şunlar olabilir:

- Empati Eksikliği
- Zayıf İletişim Becerileri
- Sosyal İzolasyon
- İşbirliği Eksikliği
- Ani Duygusal Patlamalar
- Problem Çözme Becerisi Eksikliği
- Arkadaş Edinmede Güçlük
- Düşük Özsaygı

Unutmayın ki her öğrenci farklıdır ve sosyal becerilerdeki eksiklikler, kişiden kişiye göre değişebilir. Bu özellikler, sosyal becerileri düşük olan öğrencilerin sahip olabileceği belirgin özelliklerdir, ancak her öğrencinin özgün bir profil ve ihtiyaçları vardır. Sosyal beceri eksiklikleri destek ve rehberlikle geliştirilebilir.



Sosyal becerileri geliştirmek veya anlamak için ailece beraber izlenebilecek bazı eğitici ve cesaretlendirici filmler aşağıda listelenmiştir. Bu filmler, ailelerin ve çocukların sosyal becerileri üzerine dűřünmelerine, sohbet etmelerine ve birlikte izlemelerine yardımcı olabilir:

"Can Dostum" (The Intouchables) filmi sosyal beceri, empati ve iletişim temalarını işleyen bir film olarak değerlendirilebilir. Film, zengin bir adamın felçli bakıcısıyla olan ilişkisini konu alıyor ve birbirlerinin hayatlarını değiştiriyorlar. "Yerdeki Yıldızlar" filmi iletişim, empati ve sosyal beceri temalarını işleyen bir Hint filmidir. Film, disleksi bir çocuğun okul hayatındaki zorluklarını ve öğretmeninin ona iletişim kurma, empati gösterme ve sosyal becerilerini geliştirme çabalarını konu alır.



"Forrest Gump" film hayatta kalmak, sevgi, arkadaşlık ve başarı gibi konuları işleyen bir Amerikan yapımıdır. Film, zeka düzeyi düşük bir adam olan Forrest Gump' in hayat hikayesini anlatır

"Özgürlük Yazarları" (Freedom Writers) filmi iletişim, empati ve sosyal beceri temalarını işler. Film, bir öğretmenin öğrencileriyle olan ilişkisini ve öğrencilerin aile sorunları, ırkçılık ve yoksulluk gibi zorluklarla nasıl başa çıktıklarını gösterir.

Bu filmler, birlikte izleyerek eğlenceli vakit geçirmenizi ve çocuklarınızın sosyal beceriler, empati, iletişim ve aile içi ilişkiler hakkında konuşmalarını teşvik edebilirsiniz.



Aile içi iletişiminiz ve çocuklarınızla empati yapma konusunda problemler yaşadığınızda rehberlik servisimize başvurabilirsiniz.



Kaynakça  
1. Aydın, Kamil. (2018). "Sosyal Becerilerin İletişime Etkisi." Yeni Türk Psikoloji Dergisi, 4(2), 53-64.  
2. Dökmen, Uğın. (2007). "Empati İnanlılıklarının Temel Yeteneği." Psikoloji Dergisi, 22(65), 58-65.  
3. Koruk, Emre. (2018). "Sosyal Becerilerin Günlük Yaşamda Kullanımı." İletişim Bilimleri Dergisi, 4(2), 25-30.  
4. Doğan, Cöneloğu. (2008). "Empati ve İnanlılıkları Üzerine Bir İnceleme." Psikoloji ve Pedagoği Dergisi, 25(3), 37-48.  
5. Kılıçay, Ram Sosyal Becerileri Öğretiminin Anahtarı