

## SOSYAL BECERİ NEDİR?

Sosyal beceri -bir diğer ifadeyle arkadaşlık becerisi- iletişim, problem çözme, karar verme, kendini yönetme ve akran ilişkileri gibi diğerleriyle olumlu sosyal ilişkileri başlatmaya ve sürdürmeye izin veren becerilerdir.

Çocukların bu becerileri, ilk sosyal gruba katıldıkları okul yıllarında daha çok gözlemlenebilmektedir. Aslında sosyal beceriler, anne kucağında başlayan ve hayatı boyunca devam edecek olan beceriler bütünüdür.

Peki bu beceriler öğrenilebilir mi? ⇒⇒⇒⇒



## Sosyal beceriler, öncelikli olarak öğrenme yoluyla kazanılır.

- Sosyal beceriler belirli sözsüz ve sözlü davranışlardan oluşur.
- Sosyal becerilerin kazanılması ve kalıcılığı ailede, okulda ve diğer yaşam alanlarında bu becerilerin tekrarlanmasıyla gerçekleşebilir.
- Aile, okul ve çevrenin yanında, sosyal becerilerin öğrenilmesi zaman içinde kalıcı olmaktadır.
- Özellikle gelişim yıllarında çocuklar yaşamlarındaki diğer bireylerin (aile, öğretmen akranları vb.) davranışlarını taklit ederek öğrenirler.

## SOSYAL BECERİLERİN BELLİ BAŞLI ÖZELLİKLERİ NELERDİR?

- Öğrenme yoluyla kazanılırlar.
- Belirli sözlü ve sözsüz davranışlardan oluşur.
- Model alınan davranışları içerir.
- Sosyal çevreden gelen olumlu tepkilerin artmasını sağlayarak varolan becerilerin pekişmesine olanak tanır.
- Çevresel özelliklerden etkilenir.

## SOSYAL BECERİLER NEDEN ÖNEMLİDİR?

- Sosyal becerisi gelişmiş olan çocuklar, katıldıkları etkinliklerden daha çok zevk alır ve kendi kararlarını kendileri verirler. Sosyal becerisi yeterince gelişmemiş çocuklar ise, akranları tarafından dışlanabilir ve ihmal görebilirler.
- Çocukların akranlarıyla yaşadığı etkili iletişim, çocuğa yeterli sosyal uyumu gösterebilmesi ve gerekli sosyal becerileri kazanması için fırsat tanır. Akranlarıyla birlikteyken çocuklar, sosyal ilişkiyi başlatma-sürdürme, grupla bir işi yürütme, paylaşma, duygularını ifade edebilme ve problem çözme becerilerini geliştirme fırsatı bulurlar.
- Çocukların sosyal davranışları geliştikçe akranları ile oyun ortamlarında bulunma istekleri de artar.
- Sosyal becerilerde sorun yaşayan çocuklar ise, yaşamları boyunca kişilerarası ilişkilerde, akademik çalışmalarda, duygusal-davranışsal alanlarda ve meslek yaşamlarında çeşitli problemlerle karşılaşmaktadırlar.



## SOSYAL BECERİ ALANLARI NELERDİR?

- **İlişkiyi başlatma ve sürdürme becerileri:** Dinleme, konuşmayı başlatma, konuşmayı sürdürme, soru sorma, kendini tanıtmaya, yardım isteme, bir gruba katılma, yönerge verme, yönergelere uyma, ikna etme vb.
- **Grupla bir işi yürütme becerileri:** Grupta iş bölümüne uyma, grupta sorumluluğunu yerine getirme, başkalarının görüşlerini anlamaya çalışma vb.
- **Duygulara yönelik beceriler:** Kendi duygularını anlama, duygularını ifade etme, başkalarının duygularını anlama, karşı tarafın kızgınlığı ile başa çıkma, iyi duyguları ifade etme, korku ile başa çıkma vb.
- **Saldırgan davranışlarla başa çıkma becerileri:** İzin isteme, paylaşma, başkalarına yardım etme, uzlaşma, kızgınlığı kontrol etme, hakkını koruma, savunma, alay etmeyle başa çıkma, kavgadan uzak durma vb.
- **Stres durumlarıyla başa çıkma becerileri:** Başarısız olunan durumla başetme, grup baskısıyla başetme, yalnız bırakılma ile başetme vb.
- **Plan yapma ve sorun çözme becerileri:** Ne yapacağına karar verme, problemin nedenlerini araştırma, amaç oluşturma, bilgi toplama, karar verme, bir işe yoğunlaşma vb.



## Çocukların Sosyal Becerilerini Aile Ortamında Geliştirmek İçin Öneriler:

- Çocukların bu becerileri geliştirmeleri ve becerilerin kalıcı olabilmesi için ev ortamında anne-babanın benzer tutum ve davranışlar içinde olması, çocuğunuzu aynı tutumlarla desteklemeniz gerekmektedir.
- Bunun için çocuğunuza kazandırmak istediğiniz becerileri öncelikle siz sergileyebilir ya da kazandırmak istediğiniz becerilerin evde birlikte dramasını yapabilirsiniz. Bu becerilere sahip bir hikaye kahramanı oluşturabilirsiniz ya da bu becerilerle ilgili kitaplar veya resimlerle çocuğunuza sahip olması gereken becerileri öğretebilirsiniz.
- Çocuğunuzun arkadaşlarıyla birlikte olacağı ortamlar sağlamak, sosyal becerilerini geliştirmenin en doğal yoludur.
- Çocuğunuzun oyunlarda sizi yönlendirmesine izin verebilirsiniz. Oyunlarda anne-baba rolünden çıkarak onun yaşatmışçasına oynayabilirsiniz. Anne-babalarıyla sıkça oyun oynayan çocuklar, yaşlılarıyla iletişim kurabilmek için daha gelişmiş sosyal becerilere sahip olurlar.
- Çocuğunuz, arkadaşlarıyla olan bir problemten bahsettiği zaman ise, onunla konuşarak çeşitli çözümleri ve bakış açılarını görmesine yardımcı olabilirsiniz.

## KAYNAKÇA:

- 1) Kapıkıran, N. A., İvrendi, A. B., Adak, A. (2006). Okul öncesi çocuklarında sosyal beceri durum saptaması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 19(19), 19-27.  
Link:<https://dergipark.org.tr/download/article-file/114740>
- 2) Çubukçu, Z., Gültekin, M. (2006). İlköğretimde öğrencilere kazandırılması gereken sosyal beceriler. *Bilig*, (37), 155-174.  
Link:<https://dergipark.org.tr/download/article-file/114740>
- 3) [https://didim.yonderkoleji.com/upload/dosyalar/PDR\\_BULTEN\\_SAYI\\_28\\_COCUKLARDA\\_SOSYAL\\_BECERILER.pdf](https://didim.yonderkoleji.com/upload/dosyalar/PDR_BULTEN_SAYI_28_COCUKLARDA_SOSYAL_BECERILER.pdf) adresinden alınmıştır.

**Evren ÖZDEN**  
**Psikolojik Danışman**

