

Cezanın diğer sakıncası ortaya çıkardığı yan etkilerden kaynaklanır. Cezalandırılan birey; cezayı vereni (öğretmen, ana-baba, işveren) ve cezanın verildiği ortamı (sınıf, ev, işyeri) sevmeme ye başlar.

## ÖNERİLER

Unutmayın siz çocuğunuza değil onun istenilmeyen davranışlarına karşısınız. Sözleriniz davranışlarına hitap etsin, benliği ne değil.

Beklentilerinizi kesin olarak onlara iletin. Kabul edemeyeceğiniz davranışların neler olduğunu, bunları yaptığı takdirde sonuçlarının neler olacağını kesin bir dille çocuğunuzla paylaşın.

Olumlu davranışları sözel olarak ödülendirin.

Hazırlıklı olun. Siz çocuğunuzu herkesten iyi tanıyorsunuz. Eđer bir olay çocuğunuza sorun yaratacaksa, onu bu olaya önceden hazırlayın.

KONAK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

Adres: 227 Sokak No18 Nokta Durađı,  
Necatibey İlköğretim Okulu Yanı Hatay

Telefon: 0 (232) 243 44 17

Faks : 0 (232) 244 16 90

E-posta : 164246@meb.k12.tr

KONAK REHBERLİK VE ARAŞTIRMA  
MERKEZİ



## SOSYAL BECERİ



[www.konakram.meb.k12.tr](http://www.konakram.meb.k12.tr)

# SOSYAL BECERİ

Çevreye uyum ve uygun iletişim yolları kullanarak başkaları ile yaşanabilecek sözel ya da sözsüz çatışmalarla başa çıkabilme becerisi olarak tanımlanan "Sosyal Beceri" ilk olarak aile ortamında kazanılır.

## Sosyal becerilerin sağlıklı biçimde öğrenilememesinde;

Çocuğun davranışı yapmaktan korkması,  
Yeterince fırsat bulamaması,  
Aile ve arkadaşlarından yeterli desteği görememesi etkilidir.

Sosyal beceriler öğrenme yoluyla kazanılan belirli sözel ve sözel olmayan davranışlardan oluşur. Model alınan davranışlar, sosyal çevreden gelen olumlu tepkilerin artmasını sağlayarak var olan becerileri pekiştirir.

Sosyal beceri eksikliği olan çocuklarda; okul başarısızlığı, saldırganlık, suça eğilim ve çeşitli psikolojik bozukluklar gibi kısa-uzun süreli sorunlar görülebilir.

## Sosyal becerileri altı grupta toplayabiliriz

### \*İlişki Başlatma Ve Sürdürme Becerileri;

Dinleme  
İltifat etme  
Başlatma  
Yardım isteme  
Konuşmayı sürdürme  
Bir gruba katılma

Soru sorma  
Yönerge verme  
Teşekkür etme  
Yönergelere uyma  
Başkalarını tanıma  
Özür dileme  
İkna etme

### \*Grupla Bir işi Yürütme Becerileri;

Grupta işbölümüne uyma  
Grupta sorumluluğu yerine getirme  
Başkalarının görüşlerini anlamaya çalışma

### \*Duyulara Yönelik Beceriler;

Kendi duygularını anlama  
Duyularını ifade etme  
Korku ile başa çıkma  
Kendini ödüllendirme  
Başkalarının duygularını anlama  
Karşı tarafın kızgınlığı ile başa çıkma  
Sevgiyi, iyi duyguları ifade etme

### \*Saldırgan Davranışlarla Baş etme Becerileri;

İzin isteme  
Paylaşma  
Başkalarına yardım etme  
Uzlaşma  
Kızgınlığı kontrol etme  
Hakkını koruma, savunma  
Alay etme ile başa çıkma  
Kavgadan uzak durma

### \*Stres Durumlarıyla Başa çıkma Becerileri;

Başarısız olunan bir durumla baş etme  
Grup baskısıyla baş etme  
Utandırılan bir durumla baş etme  
Yalnız bırakılma ile baş etme

### \*Plan Yapma ve Problem Çözme Becerileri

Ne yapacağına karar verme  
Amaç oluşturma

Problemin nedenlerini araştırma  
Bilgi toplama  
Karar verme  
Bir işte yoğunlaşma

## Sosyal Beceriler Nasıl kazandırılır?

Bir sosyal beceri birçok şekilde kazandırılabilir. Bu ortamdan ortama değişebilir. Bireyi aktif hale getirmeyen, sorumluluk paylaşımından uzak, özdenetimi desteklemeyen yöntemlerin kabul görmesi zordur.

Yapılandırılmış, planlanmış ortamlarda bir sosyal beceri kazandırılırken **ödüllendirmelere** ve **ilkelere** dikkate etmek gerekir.

### \*Ödüllendirme;

Çocuğu hangi davranışının hangi hareketlerinin ödüllendirileceğinin öncelikle belirlenmesi gerekir.

Ödüller maddi/manevi olabileceği gibi öğrencinin hoşlanacağı sosyal etkinlikler de olabilir.

Çocukların kendilerini ifade etme, duygularını, fikirlerini gözlemlerini paylaşmaları için destekleme.

### \*İlkeler;

Zaman  
Tutarlılık  
Model olma  
Gerbildirim

## Sosyal Becerilerin Geliştirilmesinde Cezanın Etkisi Nedir?

Cezanın etkisi önceden kestirilemez. Ceza çocuğa yaptığını bir daha yapma mesajını verir. Ancak çocuğa ne yapması gerektiği konusunda bir açıklık getirmez. Bu nedenle, istenen davranışın ne olduğu konusunda fikri olmayan çocuk cezanın getirdiği karmaşada öncekinden daha kötü bir davranışa yönelebilir.