

SOSYAL DUYGUSAL BECERİLER

VELİ BİLGİLENDİRME BROŞÜRÜ



Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi

Sosyal ve duygusal gelişim bireyin kendini ve başkalarını anlamasına yardımcı olan, diğerleriyle iletişimini güçlendiren en önemli gelişim alanlarından biri olup yaşam boyu devam eden bir süreçtir.



Öz Farkındalık

- Güçlü ve zayıf yönlerini tanıma
- Duygularının farkına varma ve tanıma
- Manevi değerlerini tanıma
- Öz yeterlilik düzeyine sahip olma

Sosyal Farkındalık

- Etrafındaki farklılıkları anlama
- Diğer insanların duygularını fark etme
- Etkin dinleme
- Yenilgiyi doğal kabul etme

Öz Yönetim

- Kısa ve uzun vadeli hedefler oluşturma
- Stres durumlarını yönetme
- Kapsamlı ve özenli plan yapma
- Motivasyonunu sağlama

Sorumlu Karar Alma

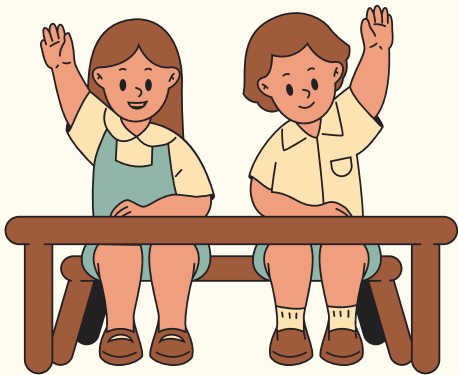
- Durumu analiz etme ve problemleri tanımlama
- Davranışlarının sorumluluğunu alma

İlişki Geliştirme

- Sosyal ilişkileri başlatma ve geliştirme
- İş birliği kurma ve sürdürme
- Gerektiğinde yardım isteme ve sunma
- Sosyal ortamda kendini ifade etme

Çocuğun sosyal ve duygusal gelişiminde en önemli çevre ailesidir.

ÖĞRENCİNİN ŞU
ANDA VE
GELECEKTE ETKİLİ
BİR YAŞAM
SÜREBİLMESİNE
YARDIMCI OLMAK
İÇİN SOSYAL
DUYGUSAL
BECERİLERİNİN
GELİŞMESİNE
DESTEK
OLABİLİRSİNİZ.



NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- Çocuğunuzun başarılı olduğu alanları fark edin ve bunları destekleyin.
- Okuldaki ve diğer yaşam alanlarındaki kuralları anlama ve uyma konusunda çocuğunuza destek olun.
- Farklılıkları anlama ve saygı duyma konusunda örnek olun.
- Ne hissettiğinin farkına varın ve duygularını uygun şekilde ifade etmesi için fırsat tanıyın.
- Akran baskısı ve zorbalıkla baş etmesi için destek olun.
- Yaşadığı problemleri çözmesi için fırsat verin.
- Davranışlarını kontrol edebilmesi konusunda destekleyici olun.
- Teknoloji kullanımı konusunda sınırları belirleyin.



Daha fazla bilgi almak için okul **Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisine** başvurabilirsiniz.

ŞEHİT İSHAK ÖZTÜRK İLKOKULU
REHBERLİK SERVİSİ

Celil ÇINARDAL Eda Nur YALVAÇ