

SOSYAL DUYGUSAL BECERİLER NELERDİR?

Çocuğunuzun şu anda ve gelecekte etkili bir yaşam sürebilmesini amaçlar.

Bu amaçlara ulaşmak için ise aşağıdaki konu başlıkları ele alınır.



Öz-Farkındalık

- Güçlü ve zayıf yönlerini tanıyabilme
- Duygularını tanıma ve ifade edebilme
- Manevi değerlerini tanıyabilme
- Öz güvenini artırabilme
- Başarılı olmak için çabalayabilme

Sosyal Farkındalık

- Etrafındaki farklılıkları anlayabilme
- İnsanları dinleyebilme

- Başkalarının duygularını fark edebilme
- Yenilgiyi doğal kabul edebilme

Öz Yönetim

- Etrafına ve kendisine zarar vermemeyi öğrenebilme
- Ulaşabileceği hedefler koyabilme
- İyimser ve mutlu olabilme
- Etrafından gelen uyarıları dikkate alma
- Dış kontrol olmadan kurallara uyabilme

Sorumlu Karar Alma

- İçinde bulunduğu durumu anlayabilme
- Karar alabilme
- Davranışlarının sorumluluğunu alabilme

İlişki Geliştirme Becerileri

- İlişki başlatabilme
- İş birliği yapabilme
- Sosyal ortamda kendini ifade edebilme
- Gerektiğinde yardım isteyebilme

SOSYAL DUYGUSAL BECERİLERİ GELİŞTİRMEK NEDEN ÖNEMLİ?

Çocuğunuzun;

- Okulu sevmesine
- Okul kurallarını anlamasına
- Güçlü ve zayıf yönlerini tanımasına
- Derslere verimli şekilde çalışmasına
- Nasıl başarılı olabileceğini bilmesine
- Etrafındaki farklılıkları ve ortak yönleri anlamasına

- Duygularının nasıl oluştuğunu anlamasına
- Duygularını uygun şekilde ifade etmesine
- Karar alabilme becerisi kazanmasına
- Problem çözebilme becerisini kazanmasına

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.

