



OKUL BÜLTENİ

ŞEHİT TEĞMEN FURKAN YAYLA ANADOLU İMAM HATİP LİSESİ



KİŞİLİĞİN GELİŞİMİ ÇOCUĞUNUZA VERECEĞİNİZ DESTEKLE BAŞLAR

- KENDİNE YETEBİLME
- SORUMLULUK ALABİLME
- ETKİLİ İLETİŞİM KURABİLME
- DUYGULARINI UYGUN İFADE EDEBİLME
- GELECEKLERİYLE İLGİLİ PLAN YAPABİLME

BU BECERİLER SOSYAL DUYGUSAL BECERİLERİN
KAZANILMASI İLE SAĞLANIR.

SOSYAL DUYGUSAL BECERİLER NEDİR?

Öz Farkındalık

- Güçlü ve zayıf yönlerini tanıyabilme
- Duygularının nedenini anlama
- Duygularını uygun şekilde ifade edebilme
- Manevi değerlerine uygun davranabilme
- Kendine yetebilme

Sosyal Farkındalık

- Etrafındaki farklılıkları anlayabilme
- Başkalarını takdir edebilme
- Empati kurabilme
- Sağlıklı ilişkiler kurabilme

Öz Yönetim

- Etrafına ve kendisine hoş görülmesi olabilmeye
- Ulaşabileceği hedefler koyabilme
- İyimser ve mutlu olabilmeye
- Etrafından gelen uyarıları dikkate alma
- Dış kontrol olmadan davranışlarını kontrol edebilme

Sorumlu Karar Alma

- İçinde bulunduğu durumu anlayabilme
- Karar alabilme
- Geleceği ile planlar yapabilme
- Davranışlarının sorumluluğunu alabilme

İlişki Geliştirme Becerileri

- İlişki başlatabilme ve sürdürülebilme
- İş birliği yapabilme
- Sosyal ortamda kendini ifade edebilme
- Gerektiğinde kimlerden yardım isteyebileceğini bilme



OKUL BÜLTENİ

ŞEHİT TEĞMEN FURKAN YAYLA ANADOLU İMAM HATİP LİSESİ



SOSYAL DUYGUSAL BECERİLERİ GELİŞTİRMEK NEDEN ÖNEMLİ?

ÇOCUĞUNUZUN;

- Gerçekçi hedefler koymasına
- Güçlü ve zayıf yönlerini tanımasına
- Nasıl başarılı olabileceğini bilmesine
- Arkadaşlarıyla ve yetişkinlerle iş birliği yapabilmesine
- Gelecek ile ilgili gerçekçi planlar yapmasına
- Akranları ve diğer insanlarla sağlıklı ilişkiler geliştirmesine
- Duyularını ortama göre uygun şekilde ifade etmesine
- Kaygı, stres vb durumlarla ile başa çıkabilmek için uygun yöntemler bulmasına
- Özel zaman ile çalışma zamanı arasındaki ayrımı yapmasına
- Etrafındaki farklılıklara ve ortak yönlere saygı duymasına
- Uygun karar alabilme becerisi kazanmasına
- Problem çözebilme becerisini kazanmasına
- Yaratıcı düşünme becerisi kazanmasına
- Öğrenmeye karşı istekli olmasına

YARDIMCI OLUR...



OKUL BÜLTENİ

ŞEHİT TEĞMEN FURKAN YAYLA ANADOLU İMAM HATİP LİSESİ

NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- Ergenlikteki değişimleri anlamaya çalışın.
- İyi bir dinleyici olmaya çalışın.
- Stres ve kaygı gibi durumlarda çocuğunuza destek olun.
- Ne hissettiğinin farkına varın ve duygularını ifade etmesine izin verin.
- Risk oluşturabilecek ortam ve davranışlardan uzak durmasını teşvik edin.
- Kapasitesine uygun hedefler belirlemesine destek olun.
- Alternatifler yaratın.
- Program yapma ve verimli çalışma konusunda destekleyici olun.
- Sağlıklı ilişkiler başlatmasını ve geliştirmesini destekleyin.
- Gerekirse bir uzmandan yardım almayı deneyin.
- Akran ve çevre baskısıyla baş etmesine yardımcı olun.
- Teknoloji kullanımı konusunda sınırları belirleyin.

