

ÇOCUKLARDA SOSYAL BECERİLER

Her ebeveyn, çocuğunun başkaları ile olumlu etkileşimleri başlatmasını ve sürdürmesini ister. Çocukların akranları ile arkadaşlık kurabilmesi, kendini rahatça ifade edebilmesi ve gerektiğinde de hakkını savunabilmesi oldukça önemlidir. Sosyal beceriler, tam da bu aşamada devreye girmektedir. 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.



Anne-bebek ilişkisi, çocuğun başkalarına ve kendine karşı duyacağı güven duygusunun temelini oluşturur. Annesiyle güvenli bağlanma yaşayan çocukların, sosyal iletişim kurma becerileri daha çok gelişmiştir. İlk olarak anne-babalarıyla ya da bakıcı durumundaki kişilerle ilişki kurmayı öğrenen çocuklar, daha sonra sosyal gruba dahil olmaya başlarlar. Kardeşler, akranlar ve diğer yetişkinler sayesinde sosyal becerilerini geliştirirler.

Sosyal beceri, belli bir ortamda toplumsal olarak kabul görecektir şekilde davranabilmedir. Çocukların gruba katılma, hayır diyebilme, alayla baş edebilme, öfke gibi olumsuz duyguları ifade edebilme, bir konuşmayı başlatma, sürdürme ve sonlandırma, uzlaşma yapabilme becerileri sosyal beceriler arasında yer almaktadır. Bunun yanında göz göze gelme, beden duruşu ve mesafesi, ses tonu, yüz ifadesi gibi sözsüz iletişim öğeleri de son derece önemlidir.

Sosyal beceriler, öncelikli olarak öğrenme yoluyla kazanılır. Belirli sözel ve sözsüz davranışlardan oluşur. 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. Bu



beceriler ne kadar erken yaşta öğretilirse, kişinin davranış repertuarının o denli doğal bir parçası haline dönüşür.

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 beceri alanlarını aşağıdaki gibi sınıflandırabiliriz;

- **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.

- **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 için öneriler:

- ✓ Ev ve dış ortamın sosyal bir ortam olduğunu hiç unutmamak gerekir. Çocuklarınız, soru sorarken, kendilerini ifade ederken, tartışırken, onlara birçok kişisel ve sosyal beceriyi kazandırmanız mümkündür. Kısacası çocuğunuza zaman ayırmanız en önemli katkıdır.
- ✓ Çocukların bu becerileri geliştirmeleri ve becerilerin kalıcı olabilmesi için ev ortamında anne-babanın benzer tutum ve davranışlar içinde olması, çocuğunuzu aynı tutumlarla desteklemeniz gerekmektedir.
- ✓ Sosyal becerilerin öğrenmeyle kazanıldığını daha önce de belirtmiştik. Çocukların model alarak öğrendiği gerçeğini düşünürsek, öncelikle anne-babasını model alacaktır. 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. Sadece okul ortamında değil okul dışında da arkadaşlarıyla

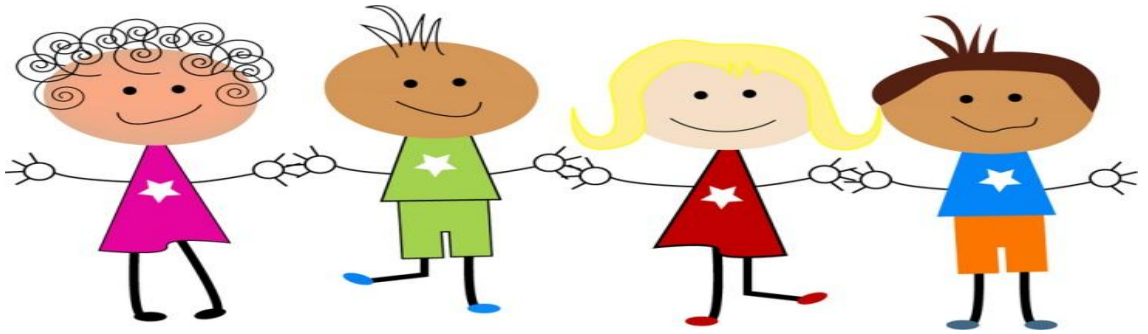


olması, onlarla yaşayacağı deneyimler sosyalleşmesi açısından oldukça önemlidir. Böylelikle hem okul ortamına girdiklerinde okula uyumları daha kolay olacaktır hem de yeni gruplara uyum sağlama becerileri artacaktır.

- ✓ Çocuğunuzun oyunlarda sizi yönlendirmesine izin verebilirsiniz. Oyunlarda anne-baba rolünden çıkarak onun yaşattığına
- ✓ oynayabilirsiniz. Anne-babalarıyla sıkça oyun oynayan çocuklar, yaşittlarıyla 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. Yapılan araştırmalarda; çocuklarıyla olası çözümler üzerine konuşan anne-babaların çocukları, problem çözmede farklı alternatifler sunabilen ve problemlerini daha kolay çözebilen bireyler oldukları görülmüştür.

Sevgi ve Saygılarımızla.

Rehberlik Psikolojik Danışma Birimi



Kaynakça

Çetin, F., Bilbay, A., Albayrak Kaymak, D., Çocuklarda Sosyal Beceriler, Epsilon Yayınları, İstanbul, 2003.

Akkök, F., İlköğretimde Sosyal Becerilerin Geliştirilmesi, Özgür Yayınları, İstanbul, 2010.

Akman, B., Gülay, H., Okul Öncesi Dönemde Sosyal Beceriler, Pegem Akademi Yayıncılık, Ankara, 2009.