

# SOSYAL BECERİ VE ÇOCUK



Sosyal Beceriler, bireyin kendisi ile barışık ve çevresiyle uyum içinde yaşamasını sağlayan gerçek yaşam becerileridir. Sosyal beceri, ilişki başlatma ve sürdürme becerilerinden başlayarak atılgan davranmaya, duyguları anlamaya ve ifade etmeye, saldırgan davranışları ve dürtüleri kontrol etmeye grup içinde uyum ve işbirliği içinde çalışabilmeye dek uzanan kavramları içerir.

Yaşam doyumu, hayatın çeşitli alanlarındaki; aile, sosyal-duygusal ilişkiler, eğitim öğretim ve iş hayatı getirilerin toplamından kaynaklanan memnuniyettir. Bu da büyük oran da kişinin sahip olduğu sosyal becerilere bağlıdır.

Çocuklarda genellikle davranış sorunları ortaya çıktıktan sonra anne babalar kaygılanıp çözüm arayışına gitmektedirler. Anne babaları zorlayan konuların ortaya çıkması uzun bir sürece dayanmaktadır. Bu konuların çözüme ulaştırılması veya telafi edilmesi, sağlıklı tepkilere dönüştürülmesi uzun bir süreci ve değişimi gerektirir. Bazen de başa çıkmak oldukça zor bir hale gelip kronik bir sorun haline gelebilir. Fakat çocuğun sosyal becerilerinin geliştirilmesi çocuğun yaşam deneyimlerinin sorun haline gelmeden yaşanmasını sağlar.

Bu becerilerden ilişki başlatma ve sürdürme becerileri başta gelir, kişinin bir şekilde kullanabileceği en temel adımları içerir. Bebeğin annesi ile iletişimi göz teması ile başlar. Bebek başlarda yalnızca anne babasıyla iletişim halindeyken giderek daha kalabalık bir sosyal çevresi oluşmaya başlar. Daha büyük bir çevre daha çeşitli becerileri gerektirir. Biri ile konuşurken onu dinleme, yüzüne bakma, kendini tanıtmaya, uygun yerde uygun nezaket ifadelerini kullanma, birisi ile karşılaştığında selamlaşma, ayrılırken vedalaşma, arkadaşları ile paylaşma, yardım isteme, uzlaşma gibi becerileridir.



Bu becerilerin geliştirilememesi duygularını ifade etme, atılganlık, saldırgan davranış ve dürtülerle başa çıkma, sorun çözme, plan yapma, bir işe başlayıp sürdürme becerileri geliştirmekte zorluklar yaşanır. İletişim becerileri düşük olan öğrencilerin akranları tarafından dışlanma olasılıkları artmaktadır. Çocuğun akranları ile olumlu duygulara içinde olmasına olanak sağlayan sosyal beceriler aynı zamanda kendine olan güvenini de artırır.



Birini dinlerken onun yüzüne bakmak, ona dinlendiğini gören kişi önemsendiğini hisseder ve aynı duyguları karşısındakine de taşır. Yetişkin birinin, çocuğu dinlerken

onun yüzüne bakabilmesi için eğilmesi ya da onu kendi boyuna yükseltmesi yararlı olur. Tersi durumda çocuğa hiyerarşik bir düzlemde dinlendiğini hissettirebilir. Bu durum çocuklarda hatta yetişkinlerde de gerginliğe neden olabilir.

Ailede karşı cinsin gözüne bakmak ile ilgili bir hassasiyet varsa bunu model alan çocuk benzer şekilde davranabilir. Konuştuğu kişinin yüzüne bakmaktan kaçınan çocuklar arkadaşları tarafından fark edildiğinde alay edilme ile karşılaşabilirler. Çocuk bu sebeple sınıfta görünmemeyi tercih edebilir, bildiği bir soruya cevap vermemeyi tercih edebilir.

Ergenlik döneminde gençler kendi yüzünün nasıl görüldüğünü ile ilgili kaygı geliştirebilir. Bu durum uzun sürerse kendi kimliğini arkadaşlarının olumlu desteği ile inşa eden genç durumdan olumsuz etkilenir ve yalnızlaşabilir.

Çocuklar bir okula ya da yuvaya başladığında sosyal becerilerine göre izlenim bırakırlar. Konuştuğu kişinin yüzüne bakıyorsa girişken, sosyal bir çocuk olduğu düşünülür. Yetişkinlikte de iletişimi iyi, rahat biri şeklinde ifadelerle anılır. İş görüşmesinde konuşurken karşısındakinin yüzüne bakmıyorsa baştan kaybetmiş sayılır.

Şimdi kendinizi değerlendirin.

Konuşan kişinin yüzüne bakarım: 1 2 3 4 5

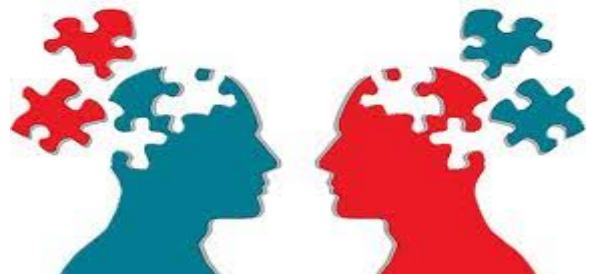
Çocuğunuzun bu beceriyi rahatlıkla ortaya koyabilmesi çoğunlukla ebeveynlerini model alacağından sizin bu becerilere ne kadar hakim olduğunuz ile alakalıdır. Birlikte çalışmak için oyunları kullanmak en iyisidir.



### **OYUN: Yüzümü unutma**

Yönerge: “Yüzüme bir süre dikkatle ve sonra arkamı dön. Sana yüzümle ilgili sorular soracağım bakalım kaç tanesini bileceksin? Sonra da ben senin yüzüne dikkatle bakacağım ve arkamı döneceksin. Sen bana yüzünle ilgili istediğin soruları soracaksın? Bakalım be ne kadarını bileceğim.

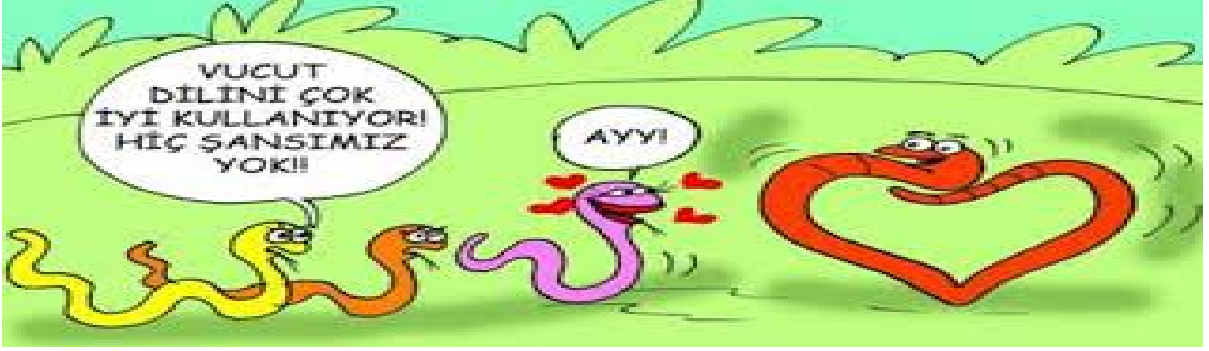
Örnek sorular:



- ❖ Yüzümde ben var mı?
- ❖ Gözüm ne renk?
- ❖ Saçım ne renk?
- ❖ Kulağımda kaç küpe var?

### Haydi birbirimize soralım:

- Sence birini dinlerken onun yüzüne bakmak niçin önemlidir?
- Sen konuşurken arkadaşın sana bakmazsa ne hissedersin?



### ANNE BABAYA ÖNERİLER:

- ✓ Aile içinde konuşurken, birbirinizin yüzüne bakarak konuşmak için zaman ayırın. Sırtınız dönükken ya da bir işle meşgulken birbirinize bir şeyler söylemekten kaçının.
- ✓ Çocuğunuz siz konuşurken yüzünüze bakmıyorsa, bu duruma nelerin yol açabileceği konusunda gözlem yapın. O bir şeyler anlatırken yüzünüz nasıl oluyor? Siz hangi konumda oluyorsunuz? Olumlu şeyler anlatırken, çocuğun yüzü nasıl oluyor? Sizin yüzünüz nasıl oluyor?
- ✓ Siz konuşurken yüzünüze baktığında “ Ben konuşurken yüzüme baktığında beni önemseydiğini ve dinlediğini çok iyi anlıyorum” şeklinde pekiştirin.
- ✓ Bazen kızgın bir anne ve babanın yüzüne bakarak konuşmak, bir çocuk için en son tercih edilen şey olabilir. Bu, çocukların başlarına gelen kötü bir olayı anlatmalarına bile engel olabilir.



Candan ÖRS KILIÇ

Kaynakça:

ATAŞ, Aygün Tuçe ve İlkur EFEÇİNAR, Çocuklar için Gerçek Yaşam Becerileri: Çocukların sosyal yönlerini geliştirmek için anne baba el kitabı, İstanbul: Remzi Kitabevi,2019.