



AİLE EĞİTİM

B Ü L T E N İ

● TEMEL EĞİTİM GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

● ERKEN ÇOCUKLUK EĞİTİMİ DAİRE BAŞKANLIĞI

● NİSAN - 2025



**OKUL ÖNCESİ DÖNEMDE ÇOCUKLARIN
SOSYAL BECERİLERİNİN DESTEKLENMESİ**

Okul Öncesi Dönemde Çocukların Sosyal Becerilerinin Desteklenmesi



Her aile; çocuğunun çevresiyle sağlıklı ilişkiler kurabilmesini, kendini ifade edebilmesini ve toplumla uyum içinde olmasını ister. Sosyal beceriler; bireyin duygularını tanıması, ifade etmesi, başkalarının duygularını anlaması, iş birliği yapması ve sağlıklı ilişkiler geliştirmesi gibi temel becerileri içerir. Bu beceriler, doğuştan getirilmekten ziyade çevresel etkileşimlerle öğrenilir. Çocuklar; çevrelerindeki, özellikle yakın çevrelerindeki, bireyleri gözlemleyerek, model alarak ve sosyal çevresiyle etkileşime geçerek bu becerileri geliştirirler.

Okul öncesi dönemde çocukların ilk sosyal çevresi genellikle aile ortamıdır. Bu bağlamda ebeveyn tutumları ve aile içi etkileşimler, çocuklarda sosyal-duygusal gelişimin desteklenmesinde kritik bir rol oynar. Çocukları erken yaşlardan itibaren uygun şekilde desteklemek, sosyal becerilerin daha kalıcı hâle gelmesine ve çocukların ileriki yaşamlarında karşılaşılabilecekleri sosyal zorluklarla başa çıkmasına önemli ölçüde katkı sağlayabilir. Sosyal becerileri desteklenen çocuklar; kendi duygularını fark edebilir, ifade edebilir, başkalarının bakış açılarını anlayabilir ve olumlu sosyal ilişkiler kurabilir. Sosyal becerilerin gelişiminde özellikle duygusal farkındalık becerileri, iletişim kurma becerileri ve akran ilişkileri gibi temel bileşenlerin desteklenmesi önemlidir. Çocuğunuzun bu becerileri geliştirmesine yardımcı olabilecek bazı öneriler aşağıda sıralanmıştır.

Okul Öncesi Dönemde Çocukların Sosyal Becerilerinin Desteklenmesi



Duygusal Farkındalık Becerileri

Okul öncesi dönemde çocukların duygusal farkındalık geliştirmeleri, sosyal-duygusal gelişimin temel taşlarından biridir. Duygusal farkındalık, çocuğun yaşadığı durumlar karşısında ne hissettiğini fark etmesi ve duygularının zaman içinde değişebileceğini anlamasıdır. Bu beceri, çocuğun hem kendini tanımasına hem de çevresiyle kurduğu ilişkilerin niteliğini artırmasına katkı sağlar.

Çocuğunuzun Duygusal Farkındalık Becerilerini Desteklemeniz İçin Öneriler:

Çocuğunuzun duygularını nasıl ifade ettiğini gözlemleyin.

Her çocuğun duygularını ifade etme biçimi farklı olabilir. Bazı çocuklar duygularını konuşarak anlatırken bazıları ise resim yaparak ya da oyun oynayarak duygularını dışa vurur. Bu şekilde çocuğunuzun farklı yollarla kendisini ifade etmesine imkân tanıyabilirsiniz.

Çocuğunuza duygularını ifade etmesini sağlayacak sorular sorun.

Gün sonunda bir araya geldiğinizde “Bugün seni en çok ne mutlu etti?”, “Neden mutlu etti?” gibi sorularla onun duygularını fark etmesini ve sözel olarak ifade etmesini sağlayabilirsiniz.

Okul Öncesi Dönemde Çocukların Sosyal Becerilerinin Desteklenmesi

Duygularını görsellerle ifade etmesini destekleyin.

Farklı duyguları temsil eden duygu durum kartları ya da duygu çarkını kullanarak “Bugün ne hissediyorsun?”, “Neden böyle hissediyorsun?” diye sorabilir, çocuğunuzdan kendi duygusuna uygun görseli seçmesini isteyebilirsiniz. Böylece çocuğunuzun kendi duygularıyla bağlantı kurmasını, duygularını adlandırmasını ve farklı duyguları öğrenmesini görseller aracılığıyla destekleyebilirsiniz.



Kendini sanat yoluyla ifade etmesini sağlayın.

Eğer çocuğunuz resim yapmayı seviyorsa, “Bugün nasıl hissediyorsun? Neden böyle hissediyorsun?” “Bununla ilgili bir resim çizmek ister misin?” gibi sorular sorarak, duygularını çizimle ifade etmesini teşvik edebilirsiniz. Böylece çocuğunuzun duygularını somutlaştırmasına ve kendisini daha rahat ifade etmesine yardımcı olabilirsiniz.

Okul Öncesi Dönemde Çocukların Sosyal Becerilerinin Desteklenmesi

Kendi duygularınızı paylaşarak ona örnek olun.

Örneğin “Bugün güzel bir haber aldım, çok mutlu oldum ve gülümsedim.” gibi ifadelerle nasıl hissettiğinizi, duygularınızın sebeplerini ve sergilediğiniz davranışları paylaşabilirsiniz. Bu tür paylaşımlar, çocuğunuzu kendi duygularını paylaşması konusunda cesaretlendirir. Ayrıca başkalarının duygularını anlamasını ve duyguların değişebileceğini fark etmesini sağlar.

Hikâye kitaplarından faydalanın.

Empati becerisini geliştirmek için birlikte hikâye kitapları okuyabilir, okurken karakterlerin neler hissetmiş olabileceğini konuşabilirsiniz. EBA Platformunda “Kütüphane”> “Erken Çocukluk Eğitimi”> “Öyküler” başlığı altında yer alan, çocuğunuzun gelişim düzeyine uygun olarak hazırlanmış okul öncesi dönem resimli çocuk kitaplarına erişebilir, bu içeriklerden yararlanabilirsiniz.



Duygu yönetimi becerilerini destekleyin.

Çocuğunuzun öfke, korku ve üzüntü gibi yoğun duygular yaşadığı anlar, bu duygularıyla nasıl baş edeceğini keşfetmesi için önemli fırsatlardır. Derin nefes almak, hareket etmek, yumuşak oyuncaklarla ya da oyun hamuruyla oynamak gibi basit ve etkili yöntemlerle çocuğunuzun sakinleşmesine yardımcı olun. Bu anlarda göstereceğiniz rehberlik, zamanla çocuğunuzun kendi kendine sakinleşebilme becerisini geliştirmesine yardımcı olacaktır.

Okul Öncesi Dönemde Çocukların Sosyal Becerilerinin Desteklenmesi



İletişim Kurma Becerileri

İletişim; duygu, düşünce ve bilgilerin sözlü ya da sözsüz bir şekilde başkalarına aktarılması olarak tanımlanabilir. Okul öncesi dönemde bu beceriler; çocuğun dil gelişimi, sosyal çevreyle etkileşimi ve bilişsel gelişimiyle olgunlaşmaya başlar. Bebeklikte bakım veren kişiyle kurulan göz teması ve gülümseme gibi sözsüz etkileşimlerle başlayan bu süreç; zamanla konuşmayı başlatma ve sürdürme, karşısındakini dinleme, ona soru sorma, duyguları ifade etme ve sosyal kurallara uygun şekilde tepki verme gibi karmaşık iletişim davranışlarıyla zenginleşir.

Evde çocuğunuzla kuracağınız güvenli ve açık iletişim, onun dış dünyada da sağlıklı ve etkili ilişkiler geliştirmesinin temelini oluşturur. Ebeveynlerin günlük yaşantı içinde duygu ve düşüncelerini açıklıkla paylaşmaları, çocuğa uygun iletişim modelleri sunar. Aynı şekilde çatışma anlarında duyguları bastırmadan ama saygı çerçevesinde çözüm üretme yollarının gösterilmesi, çocuğun problem çözme ve sosyal etkileşim becerilerinin gelişimine katkı sağlar.

Çocuğunuzun İletişim Kurma Becerilerini Desteklemeniz İçin Öneriler:

Çocuğunuza iyi bir dinleyici olun

Çocuğunuzun iletişim becerilerini desteklemek için öncelikle onun konuşmalarını göz teması kurarak, sözünü kesmeden ve başka şeylerle meşgul olmadan dinlemeye özen gösterin. Gösterdiğiniz ilgi ve sabır; çocuğunuzun başkalarıyla iletişim kurarken kendini daha özgüvenli hissetmesine yardımcı olur, etkin dinleme becerilerinin gelişmesine katkı sağlar.

Okul Öncesi Dönemde Çocukların Sosyal Becerilerinin Desteklenmesi

Oyunlar aracılığıyla iletişim becerilerini destekleyin.

Evde çocuğunuzla farklı senaryolar oluşturarak rol oyunları oynayabilirsiniz. Bu tür oyunlar, çocuğunuzun yeni insanlarla tanışma, sohbet başlatma ya da duygularını ifade etme gibi durumları güvenli bir ortamda deneyimlemesine fırsat verir.

Aile sohbetlerinizde birbirinizi dinlemeye özen gösterin.

Çocuğunuzun sırasını beklemesini kolaylaştırmak için konuşma sırasını temsil eden bir oyuncak kullanabilirsiniz. Çocuklar, konuşma sırasında bazen sabırsız davranabilir ancak gelişim süreci içinde ve sizin destekleyici tutumunuzla zamanla sırasını beklemeyi, karşısındakini dinlemeyi ve iletişim sırasında saygılı olmayı öğrenirler.



Çocuğunuzun teşekkür etme, izin isteme ve özür dileme gibi nezaket ifadelerini kullanmasını destekleyin.

Bu ifadeleri günlük yaşamınızda siz de sıklıkla kullanarak ona model olun. Çocuğunuz bir şey talep ettiğinde izin istemesini, bir yardım aldığı anda teşekkür etmesini ve bir hata yaptığında özür dilemesini nazikçe hatırlatın. Bu davranışlarını fark ettiğinizde sözlerinizle takdir ederek pekiştirmeyi unutmayın.

Okul Öncesi Dönemde Çocukların Sosyal Becerilerinin Desteklenmesi

Akran İlişkileri

Okul öncesi dönemde çocukların sosyal çevresi genişledikçe arkadaşlık kurma, paylaşma, iş birliği yapma ve yardımlaşma gibi sosyal becerileri farklı ortamlarda deneyimleme fırsatları artar. Bu beceriler, ilerleyen dönemlerde çocukların okul yaşantısına ve arkadaş ilişkilerine daha kolay uyum sağlamalarına katkı sunar; aynı zamanda problem davranışların önlenmesine de yardımcı olur.

Çocuğunuzun Akran İlişkilerini Desteklemeniz İçin Öneriler:

Akranlarıyla oyun oynayabileceği ortamlar oluşturun.

Çocuğunuzun güvenilir bir ortamda yaşlılarıyla bir araya gelerek oyun oynamasını sağlayabilirsiniz. Ortak oyunlar; paylaşma, iş birliği yapma, yardımlaşma ve sıra bekleme gibi sosyal becerilerin gelişmesine katkı sağlar. Aynı zamanda bu oyunlar, çocuğunuzun akranlarıyla arkadaşlık kurmasına ve bu ilişkileri sürdürmesine yardımcı olur.



Okul Öncesi Dönemde Çocukların Sosyal Becerilerinin Desteklenmesi

Anlaşmazlıkları çözmede rehberlik edin.

Çocuğunuzun arkadaşlarıyla yaşadığı küçük sorunlarda öncelikle onu dinleyip duygularını anlamaya çalışabilirsiniz. Sorunun çözümüne odaklanmak yerine, seçenekler sunarak kendi çözüm yollarını bulmasına yardımcı olabilirsiniz. Bu yaklaşım, çocuğunuzun problem çözme becerilerini geliştirmesini destekleyecektir.



Ailecek ortak kararlar alın.

Hafta sonu yapılacak aile etkinliklerini planlama ya da akşam yemeği menüsü belirleme gibi konularda birlikte karar verebilirsiniz. Evde aile üyeleriyle birlikte hareket etmek; çocuklarınızın kendi fikirlerini ifade etmelerine, başkalarına saygı göstermelerine, fikir birliğine varmalarına ve sorunlara birlikte çözüm üretmelerine fırsat sunar.

Paylaşmakta Zorlanma

Okul öncesi dönemde çocukların eşyalarını veya oyuncaklarını paylaşmak istememeleri, oldukça yaygın ve doğal bir davranıştır. İlk olarak çocuğunuzun yaşına, gelişim düzeyine ve bireysel özelliklerine göre paylaşmaya hazır olup olmadığını gözlemlemeniz önemlidir. Daha sonra paylaşmaya zorlamak yerine, oyun ve günlük yaşam etkinlikleri içinde paylaşmanın getirdiği olumlu duyguları deneyimlemesini sağlayabilirsiniz. Paylaşmayı denediğinde ise göz teması kurarak, gülümseyerek veya sözel olarak onu destekleyebilirsiniz.

Arkadaşlık Kurmakta Zorlanma

Çocuğunuzun arkadaşlık kurarken zorlandığı noktaları gözlemlemeniz ve tespit etmeniz önemlidir. (Örneğin; utanç veya çekingenlik hissetmesi). Çocuğunuzun geliştirilmesi gereken sosyal becerilerini desteklemek için duygularını anlamanız, kabul etmeniz ve onu cesaretlendirmeniz gerekmektedir. Ayrıca temel sosyal becerileri sergilemesi için ona model olabilir (selamlaşma, konuşmayı başlatma) ve çocuğunuzun bu becerileri kullanabileceği grup aktivitelerine katılmasını sağlayabilirsiniz. "Arkadaş" konulu hikâye kitaplarını ailece okuyabilirsiniz.

Kurallara Uymakta Zorlanma

Özellikle çocuğunuzla ilgili kuralları birlikte belirlemeniz, onun kuralları sahiplenmesini ve bu kurallara uyum sağlamasını kolaylaştırır. Kuralların nedenlerini ve amaçlarını açıklamamız, çocuklarımız için kuralların daha anlamlı ve kabul edilebilir hâle gelmesine yardımcı olur. Ayrıca koyduğunuz kuralların çocuğunuzun gelişim düzeyine ve ihtiyaçlarına uygun olmasına; anlaşılır, kısa ve olumlu ifadelerle oluşturulmasına özen göstermelisiniz. Kuralların gerekliliğini ve farklı ortamlarda değişebileceğini öğrenmesi, çocuğunuzun ilerleyen yıllarda yeni ortamlara daha kolay uyum göstermesini sağlayacaktır.



Saldırgan Davranışlar (vurma, itme vb.)

Çocuğunuzun duygusal tepkilerini sağlıklı bir şekilde gösterebilmesi için öncelikle ona model olmanız çok önemlidir. Bunun yanı sıra çocuğunuzun duygularını tanımasına yardımcı olmanız ve kendisine uygun sakinleşme yöntemlerini (Örneğin derin nefes alma, kendini sakin bir yerde hayal etme gibi) belirlemesini sağlamanız, duygusunu daha iyi kontrol edebilmesine destek olur. Ayrıca hikâye anlatımı, rol yapma ve canlandırma gibi etkinliklerle çocuğunuzun duygularını uygun yollarla ifade etmesini ve olumsuz duygularla baş etme becerilerini geliştirmesini destekleyebilirsiniz.

Sorumluluk Almada Zorluk

Okul öncesi dönemde çocuklar, çevrelerini keşfetmeye ve kendi başlarına bir şeyler yapmaya hevesli olsalar da zaman zaman sorumluluk almada güçlük yaşayabilirler. Bu süreçte çocuğunuzun gelişim düzeyine uygun, basit ve ulaşılabilir görevler belirleyebilirsiniz. Günlük ev işlerinden küçük sorumluluklar alması veya dış fırçalama, saç tarama gibi öz bakımını bağımsız olarak gerçekleştirmesi; bu konuda iyi bir başlangıç olabilir. Böylece çocuğunuzun başarı hissi kazanması desteklenir. Görevler sırasında gösterdiği çabayı takdir etmek ve onu cesaretlendirmek ise özgüveninin artmasına böylece sorumluluk alma becerisinin gelişmesine katkı sağlar.

Okul Öncesi Dönemde Çocukların Sosyal Becerilerini Geliştirme

Unutmayın

Her çocuk kendi hızında öğrenir ve gelişir. Eğer sosyal davranışlardan bazıları çocuğunuzda henüz gözlenmiyorsa bu durum her zaman bir sorun olduğu anlamına gelmez. Sosyal beceriler zamanla, günlük yaşantılar içinde ve desteklenerek gelişir. Burada önemli olan, çocuğunuzun ihtiyaçlarını fark etmeniz ve onu desteklemenizdir.

Ancak çocuğunuzun yaşıtlarına kıyasla sosyal ilişkiler kurmakta belirgin şekilde zorlandığını ve bu durumun günlük yaşamını etkilediğini fark ederseniz sınıf öğretmeni veya okul rehberlik servisiyle görüşmeniz faydalı olabilir. Bu süreçte öğretmeninizi çocuğunuzun gelişimini yakından takip ederek sizi bilgilendirecek ve gerektiğinde size uygun yönlendirmeleri yapacaktır. Erken farkındalık ve doğru yönlendirme, çocuğunuzun ihtiyaç duyduğu desteği zamanında almasına yardımcı olacaktır.

Kıymetli Ebeveynler,

Sosyal beceriler, çocuklarınızın hem akademik hem de sosyal-duygusal gelişiminde belirleyici bir role sahiptir. Okul öncesi dönem, bu becerilerin temelini atıldığı en kritik dönemdir. Bu süreçte çocuğunuza güvenmeniz, onun duygularını önemsemeniz ve sosyal etkileşimleri üzerine onunla sohbet etmeniz oldukça değerlidir. Unutmayın ki sosyal beceriler öğrenilebilir ve geliştirilebilir.

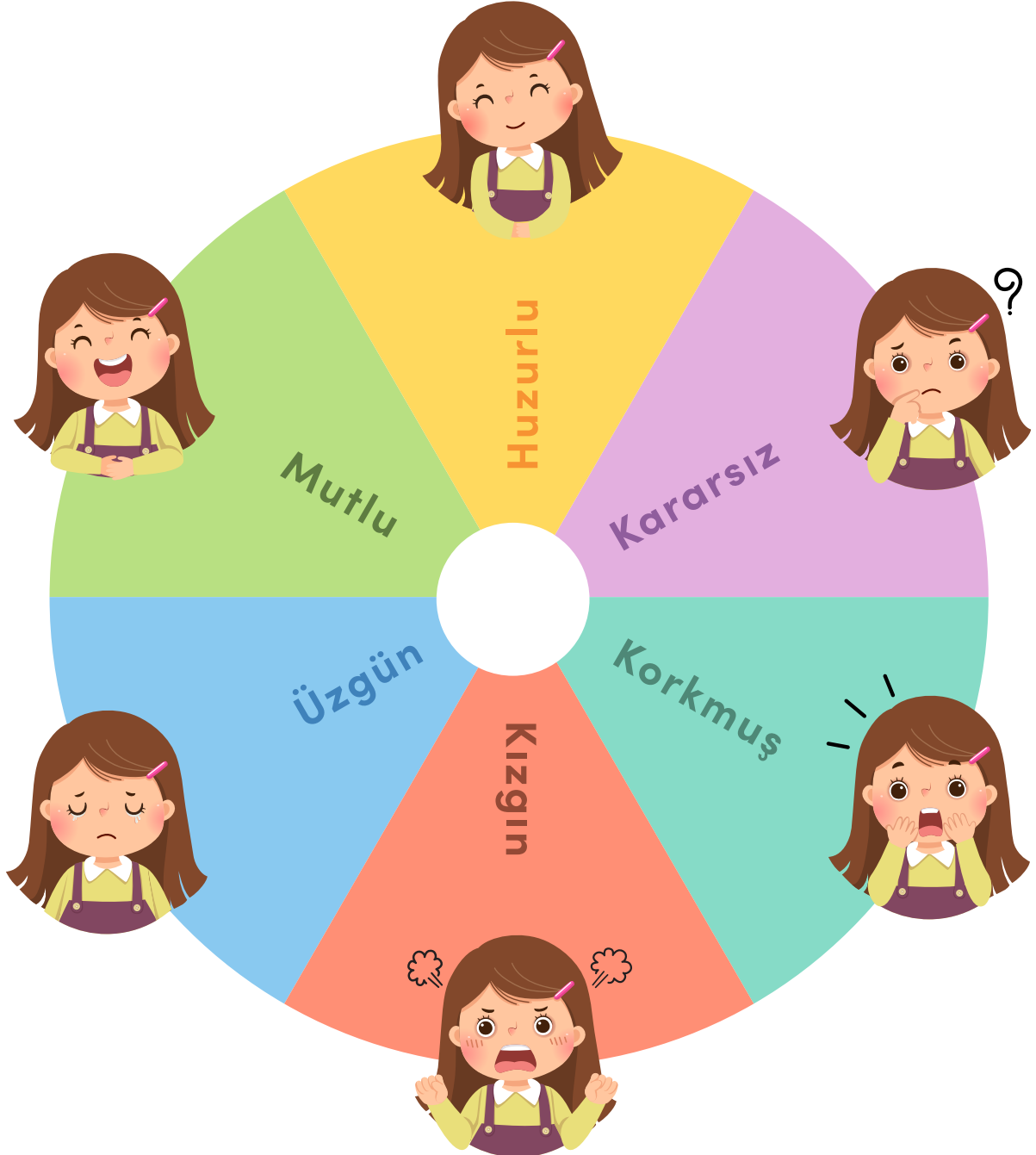
DUYGU ÇARKI

Duygu çarkı, farklı duygu isimleri ve bu duyguları temsil eden yüz ifadelerinden oluşur. Okul öncesi dönemde çocukların duygularını tanımasına ve ifade etmesine yardımcı olmak amacıyla hazırlanmıştır. Çocuğunuzun ihtiyacına göre çarktaki duyguları artırabilir ya da azaltabilirsiniz.

Duygu çarkını kullanırken:

- Duygu çarkını evde çocuğunuzun kolayca görebileceği bir yere asın.
- Günün belirli bir zamanında çarkı birlikte inceleyerek, "Bugün kendini hangisi gibi hissediyorsun?" gibi sorularla sohbet başlatın.
- Çocuğunuzun seçtiği duygu üzerine onunla konuşun ve ne hissettiğini anlamaya çalışın. Ne zaman, nerede ve neden böyle hissettiğini anlatması için onu destekleyin.
- Tüm duyguların doğal olduğunu ve duruma göre değişebileceğini çocuğunuza açıklayın.

Bu tür sohbetler; çocuğunuzun duygularını fark etmesine, adlandırmasına ve kendini daha rahat ifade etmesine yardımcı olur.



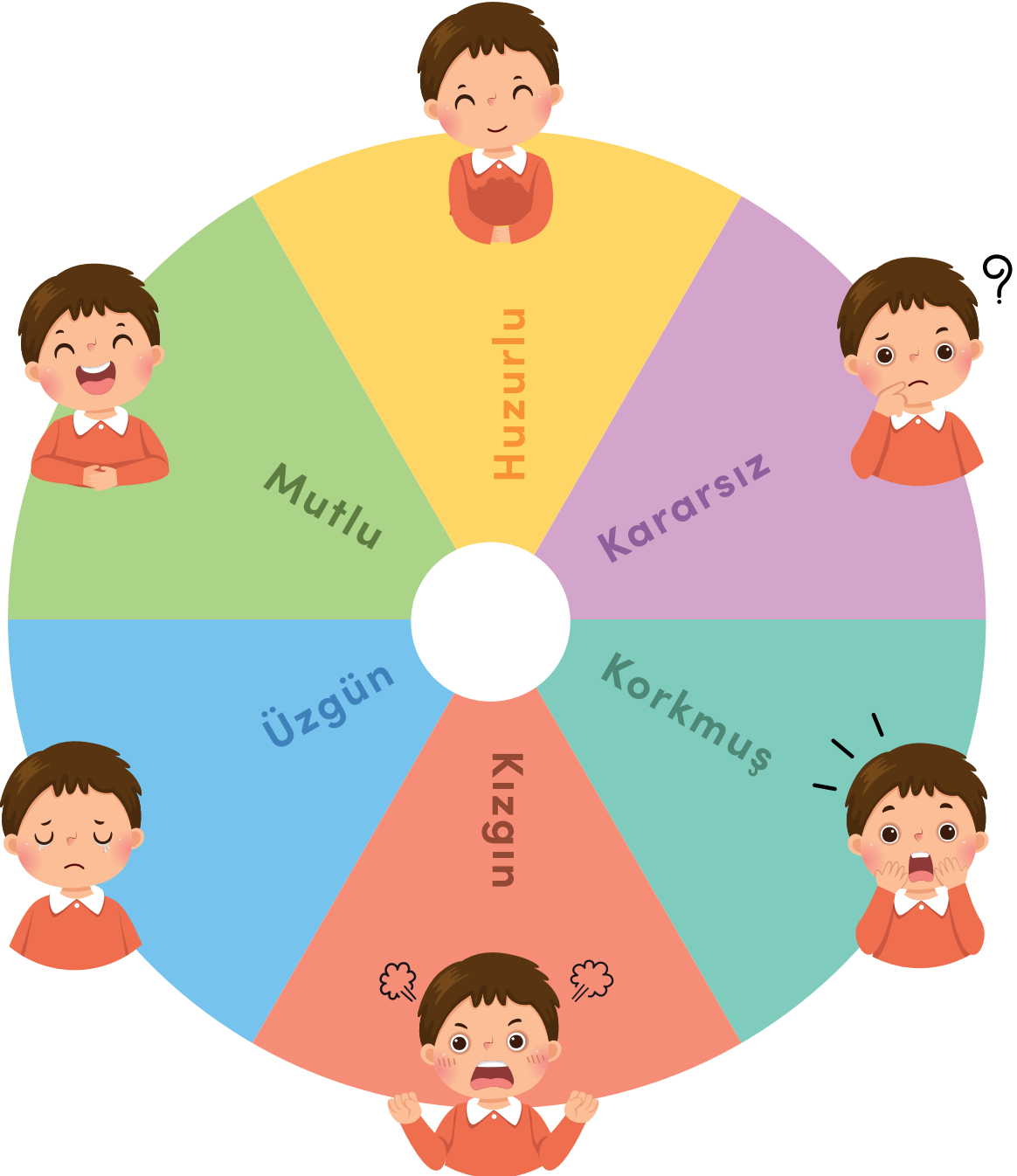
DUYGU ÇARKI

Duygu çarkı, farklı duygu isimleri ve bu duyguları temsil eden yüz ifadelerinden oluşur. Okul öncesi dönemde çocukların duygularını tanımasına ve ifade etmesine yardımcı olmak amacıyla hazırlanmıştır. Çocuğunuzun ihtiyacına göre çarktaki duyguları artırabilir ya da azaltabilirsiniz.

Duygu çarkını kullanırken:

- Duygu çarkını evde çocuğunuzun kolayca görebileceği bir yere asın.
- Günün belirli bir zamanında çarkı birlikte inceleyerek, "Bugün kendini hangisi gibi hissediyorsun?" gibi sorularla sohbet başlatın.
- Çocuğunuzun seçtiği duygu üzerine onunla konuşun ve ne hissettiğini anlamaya çalışın. Ne zaman, nerede ve neden böyle hissettiğini anlatması için onu destekleyin.
- Tüm duyguların doğal olduğunu ve duruma göre değişebileceğini çocuğunuza açıklayın.

Bu tür sohbetler; çocuğunuzun duygularını fark etmesine, adlandırmasına ve kendini daha rahat ifade etmesine yardımcı olur.



GÖRSEL KAYNAKÇA

Bu bültende kullanılan görseller <https://tr.123rf.com/> adresinden telif bedeli ödenerek kullanılmıştır.



TEMEL EĞİTİM GENEL MÜDÜRLÜĞÜ

tegm.meb.gov.tr



@mebtegm

Atatürk Blv. No 98 Milli Eğitim Bakanlığı
Kat 2 Blok A/B ve Kat 5 Blok A Kızılay
Çankaya/ANKARA