



# UZMAN ÖĞRETMENLİK VE BAŞÖĞRETMENLİK MESLEKİ GELİŞİM PROGRAMI



## SOSYAL DUYG. GEL-DUYGU, DÜŞ. DAVR. İLİŞKİSİ- I (Konu Özeti-II.Bölüm: 1-2)

### Sosyal Duygusal Gelişime Giriş

👉 **Sosyal duygusal gelişim;** bireyin toplumsal ve duygusal açıdan farkındalıklarını ve ilişkilerini içeren, diğer gelişim alanlarına önemli katkı sağlayan temel bir gelişim alanıdır.

👉 Duyguları anlamak, farkında olmak, başkalarıyla iletişim kurmak ve karar vermek başlıklarını içeren ve bireyin yaşamında var olma sürecinin önemli bir parçasıdır.

👉 Bir çocuğun başkalarının duygularını anlama, kendi duygu ve davranışlarını kontrol etme ve akranlarıyla iyi geçinme becerisidir.

👉 Güven, merak duyma, iş birliği, empati, dostluk, şefkat ve mizah duyguları, bir çocuğun sosyal-duygusal gelişiminin bir parçasıdır.

👉 **Sosyal gelişim,** başkalarıyla ilişkiler kurmayı ve bunlara değer vermeyi, kendilikle ilgili duyguları ve zaman içinde çeşitli etkileşimlere sosyal uyum sağlamayı içerir.

👉 **Duygusal gelişim;** çocuğun kendisi, hayatındaki insanlar ve içinde yaşadığı ve oynadığı çevre hakkındaki duygularıdır. Çocuğun duygularının farkında olma, ifade etme, yönetme ve başkalarının duygularını anlama ve bunlara tepki verme becerisini içerir.

★ Sosyal duygusal gelişim, diğer insanların "deneyimlendiği, hatırlandığı, beklendiği veya ilk elden hayal edildiği şekliyle" düşüncelerine, duygularına veya eylemlerine bağlı olan duygulardır.

👉 **Örneğin,** suçluluk, utanç, kıskançlık, empati ve gururdur. Bunun aksine, mutluluk ve üzüntü gibi temel duygular yalnızca kişinin kendi fiziksel durumunun farkında olmasını gerektirir.

👉 Bu nedenle, sosyal duygusal gelişimi, genellikle ergenlik döneminde gelişen, diğer insanların zihinsel durumlarını hayal etme yeteneği olan sosyal bilginin gelişimi ile sıkı sıkıya bağlantılıdır.

👉 Sosyal duygusal gelişimi anlamak, araştırmacıların ve uygulayıcıların, bir çocuğun güçlü yönlerinin ve risklerinin zihinsel sağlık ve akademik başarı ile nasıl ilişkili olduğunu anlamalarına ve bu nedenle, gelişimsel ihtiyaçları ve zorlukları ele alan stratejileri bilmelerine yardımcı olabilir.

👉 Çocuklarda sosyal-duygusal gelişimin temelde beş boyutu tanımlanmıştır:

1. Sosyal yeterlilik;
2. Bağlanma (duygusal gelişimin önemi);
3. Duygusal yeterlilik;
4. Kendi kendine algılanan yeterlilik (kişisel yetkinlik);
5. Mizaç/kişilik.



# UZMAN ÖĞRETMENLİK VE BAŞÖĞRETMENLİK MESLEKİ GELİŞİM PROGRAMI



## SOSYAL DUYG. GEL-DUYGU, DÜŞ. DAVR. İLİŞKİSİ- 2 (Konu Özeti-II.Bölüm: 1-2)

### Duyguların Gelişimi

#### İşe yarayan duygular;

- Sevinç
- İstekli
- Coşku
- Minnetskâr
- Büyülenmiş
- Şefkatli
- Memnun
- Heyecanlı
- Samimi
- Sakin
- Keyifli
- Güvenilir
- Hoşnut
- Huzurlu
- Meydan okuyan

#### İşe yaramayan duygular;

- Rahatsız olmuş
- Şüpheli
- Kederli
- Düşmanca
- Karamsar
- Umutsuz
- Sinirli
- Öfkeli
- Gücenmiş
- Hayal kırıklığına uğramış
- Endişeli
- Korkmuş
- Korkak
- Değersiz
- Korkunç

Çocuğun ilk ilişkilerini kurduğu ve ilk sosyalleşme deneyimlerini yaşadığı aile ortamı pek çok farklı duyguyu da ilk kez deneyimlediği yerdir.

Günlük hayatlarının bir parçası olarak çocuklar korku, kaygı, üzüntü, öfke, neşe, mutluluk gibi pek çok duyguyu bir arada yaşar ve bunları çeşitli yollarla ifade ederler.

Çocuğun, kendisinin ve başkalarının duygularını tanıma, duygularını sağlıklı bir biçimde ifade etme ve düzenlemedeki artan becerisi duygusal gelişime işaret eder ve çocuğun sosyal duygusal açıdan yetkinlik sağladığını gösterir.

Yaşamın ilk yıllarından itibaren ebeveynler ile kurulan ilişkiler duygusal gelişim için kilit rol oynamaktadır. Bu ilişkiler esnasında çocukların ilgi, istek ve ihtiyaçlarının farkında olunması ve onlarla kurulan olumlu etkileşimler çocukların duygularının kabul edildiğini hissetmelerini sağlar ve olumlu benlik gelişiminin kapısını aralar.

Erken çocukluk döneminde sadece 4 temel duygu olan mutluluk, üzüntü, kızgınlık ve korkunun ötesinde birçok duygu çocuklarda erken dönemde gelişmektedir.

Çocuk kendisini diğerlerinden ayrı olarak algılamaya başladığında öz-bilinc duyguları gelişir: Gurur, utanç, suçluluk, imrenme, vb.



# UZMAN ÖĞRETMENLİK VE BAŞÖĞRETMENLİK MESLEKİ GELİŞİM PROGRAMI



## SOSYAL DUYG. GEL-DUYGU, DÜŞ. DAVR. İLİŞKİSİ- 3 (Konu Özeti-II.Bölüm: 1-2)

👉 **Okul öncesi dönem** boyunca çocuklar duygularını düzenleyecek ve ifade edecek yetenekler kazanmaya başlarlar.

👉 Bu dönemde artan sosyal ilişkiler, özellikle de öğretmenler ve akranlarla olanlar, çocuklara hem duyguları üzerinde konuşma hem de duygularının farkında olma ve onları düzenleme için ortam sağlar.

👉 **Okul çağına gelindiğinde** çocuklar duygusal dünyalarında daha yansıtıcı olur ve duygularını düzenlemek üzere daha stratejik davranışlar sergilerler. Duygular; bilişsel ve davranışsal alanlarda daha etkili biçimde düzenlenebilir ve duygular gerçek hisleri saklamak üzere ertelenebilir.

👉 **Ergenlikte** ise toplumsal gelişim sürecine paralel olarak gençler duygusal deneyimleri üzerine daha fazla kafa yorar ve diğerlerinin duygularına karşı aşırı derecede hassas davranabilirler.

👉 Bu doğrultuda; çocuklar ve gençler için önemli sosyalleşme alanlarından biri olarak okul, sosyal duygusal gelişime yöne verecek bir diğer bağlamdır.

👉 Genel olarak okul ve daha özel olarak sınıf sosyal bir ortamdır, dolayısıyla çocuk ve gençlerin her türlü duygusu bu ortamda yer bulabilmelidir.

👉 Okul iklimi ne kadar olumlu ve okuldaki yetişkinler duygusal açıdan ne kadar ulaşılabilir ise çocuklar ve gençler için de okul, kendilerini ait hissettikleri bir yer hâline gelir.



Çocukluktan itibaren duygulara önem verilerek yetişen bir çocuk;

- 👉 Sağlıklı başa çıkma stratejileri geliştirir.
- 👉 Daha az uyum sorunu yaşar.
- 👉 Yetişkinlikte daha az ruh sağlığı sorunu yaşar.
- 👉 Sağlıklı arkadaş ilişkileri geliştirir.
- 👉 İletişim becerileri ve sosyal becerileri gelişir.
- 👉 Akademik başarısı yüksektir.
- 👉 Öz kontrolü gelişir.
- 👉 Öz güveni yüksektir.

👉 **Düşünme şeklimiz**, "nasıl hissettiğimiz" ve "nasıl davrandığımızı" etkiler. Düşünme şeklimizi kendimizden başka hiç kimse değiştiremez. Belirli durumlar ve olaylarla ilgili düşüncelerimizin tüm kontrolü bizdedir.

👉 Düşünme şeklimizi değiştirmek duygularımız ve davranışlarımız üzerinde olumlu etkiye sahiptir. Bizler işe yaramayan düşünceleri faydalı olan düşüncelere dönüştürme gücüne sahibiz. Bu da bizim daha iyi hissetmemizi sağlayacaktır.



# UZMAN ÖĞRETMENLİK VE BAŞÖĞRETMENLİK MESLEKİ GELİŞİM PROGRAMI



## SOSYAL DUYG. GEL-DUYGU, DÜŞ. DAVR. İLİŞKİSİ- 4 (Konu Özeti-II.Bölüm: 1-2)



Okulda/sınıfta duygular;



Özel gündem yaratın! Kriz ya da sorunun hemen ardından iletişimin olumluya geçmesi zordur!



Seninle konuşmak istediğim bir konu var! (Gizlice "Sen değerlisin." mesajı verir!)



Somut olayı ortaya koyun. Kişiye değil, davranışa odaklanın /sen yerine, senin şu davranışın)



Sizde ortaya çıkan duyguyu paylaşın!



Tüm derslerde uygulanabilir!





Kıymetli meslektaşlarımız,

Eğitim öğretim yılı içinde olduğu gibi Uzman Öğretmenlik ve Başöğretmenlik Mesleki Gelişim Çalışmalarında da yanınızdayız.

Bu süreçte yapacağımız paylaşımlardan daha hızlı haberdar olmak için aşağıdaki kanallardan bizleri takip edebilirsiniz.

Sınava katılacak olan tüm meslektaşlarımıza başarılar dileriz.



Ulaşmak istediğiniz kutucuğa tıklayınız.



Telegram Kanalı



Telegram Kanalı



Facebook Grubu



Facebook Grubu



# EMEK HIRSIZLARINA UYARI



Birkaç dakika içinde indirerek kullanmış olduğunuz çalışmalar için saatlerimizi veriyoruz. Yeri geliyor ailemize, arkadaşlarımıza ayıracağımız vakti bu çalışmalara ayırıyoruz.

Çalışmalarımızı paydaşlarımızın kişisel olarak kullanmaları için hazırlıyoruz. Farklı sitelerde paylaşılmasına müsaademiz olsa zaten biz paylaşırız değil mi? Maalesef saatler verip hazırladığımız çalışmalar üzerinde isim değişikliği yapılarak kısa süre içinde belirli sitelerde paylaşılıyor. Bu şekilde yapan kişiler paylaştığı çalışmayı hazırlamış olmuyor, **ÇALMIŞ** oluyor. Bu gözler; yaptığı hırsızlığı bilmeden altına teşekkür yazanlara "Rica ederim." yazanları da gördü, bırakın bir özrü, cevap vermeye tenezzül bile etmeyenleri de gördü. Üzülerek belirteyim ki bu kişiler bizim **MESLEKTAŞLARIMIZ**.

Korkarım ki bir gün azmimizi yitirirsek en büyük nedeni bu **EMEK HIRSIZLARI** olacak.

Bugüne kadar emek hırsızlarını defalarca uyardım. Ancak her gün bunlara bir yenisini ekleniyor. Artık paylaştıkları site üzerinden veya sosyal medyadan kendilerini uyardırmayacağım. Bu sayfayı her paylaşımına ekleyeceğim. **Aşağıdaki listede yer almak isteyen buyursun, çalsın...**

**NOT:** Bu sayfayı okuduğu halde anlamayana ücretsiz okuma anlama kursu verilir!

 **HASAN YILDIRIM** 

## EMEK HIRSIZLARI

Site	Kullanıcı Adı	Etkinlik	Açıklama