



KEÇİÖREN REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

SOSYAL BECERİLER BROŞÜRÜ

İletişimin
Gücü Seninle!

İletişim İçin

TELEFON
0312 316 23 72

INSTAGRAM
ramkecioren

BİZE ULAŞIN

WEBSITE
keciorenram.meb.k12.tr

EMAIL
ramkecioren@gmail.com

Sosyal Beceri Nedir?

Sosyal beceriler, bireylerin başkalarıyla etkili ve sağlıklı ilişkiler kurmasını sağlayan davranışlardır.

Bunlar; iletişim, empati, iş birliği ve problem çözme gibi yetkinlikleri içerir.

Temel Sosyal Beceriler

Dinleme: Karşındakini gerçekten anlamaya çalış.
Konuşma: Açık, nazik ve net bir şekilde düşüncelerini ifade et.
Empati: Başkalarının duygularını anla ve onlara değer ver.
İş birliği: Takım çalışmalarına açık ol.
Özür dileme ve teşekkür etme:
Sorumluluk al ve minnettarlığını göster.

Neden Önemlidir?

Arkadaşlık ilişkilerini geliştirir.
Özgüveni artırır.
Toplum içinde uyumu sağlar.
İş ve okul hayatında başarıyı destekler.



Unutma!

Sosyal beceriler öğrenilebilir. Pratik yap, gelişmeye açık ol ve empatiyi hayatının bir parçası haline getir!



Sosyal Becerilerini Geliştirmek İçin İpuçları

Göz teması kur.
Nazik ol, beden dilini kullan.
Kendini tanı ve duygularını ifade et.
Farklı fikirlere açık ol.
Hatalarından ders çıkar.



Etkinlik Önerileri

Rol yapma oyunları
Grup çalışmaları
Hikâye tamamlama
Tartışma kulüpleri
Gönüllü sosyal sorumluluk projeleri