



SOSYAL DUYGUSAL BECERİLER

SOSYAL-DUYGUSAL BECERİLER NEDİR?

Bireylerin,
duygularını anlamaları ve yönetmeleri,
olumlu ilişkiler kurmaları,
sorumlu kararlar almaları,
hayatın zorluklarıyla etkili bir şekilde başa çıkmaları
için gerekli beceri ve yeterlilikleri geliştirme sürecidir.

1 Öz farkındalık

- Kişinin güçlü ve zayıf özelliklerini fark etmesi,
- davranışlarındaki duygu ve düşüncelerinin etkisini fark etmesidir.



2 Sosyal farkındalık

- Başkalarının farklı bakış açılarını anlama,
- başkalarına saygı duyma,
- başkalarıyla duygularını anlama becerisidir.



3 Öz yönetim

- Bireyin karşılaştığı farklı durumlarda
- düşüncelerini,
- duygularını
- davranışlarını

etkili bir şekilde düzenleme ve dengeleme becerisidir.



4 . İlişki geliştirme

- Bireylerle yapıcı ilişkiler kurma ve sürdürme,
- etkili iletişim,
- sosyal katılım
- takım çalışması

becerilerini içerir.



5 Sorumlu Karar Verme

Kişisel davranış ve sosyal ilişkilerle

- yapıcı seçimler yapabilme,
- sosyal etkileşim yetkinliğidir.



SOSYAL DUYGUSAL BECERİLER FARKINDALIK ETKİNLİĞİ

Zamanın birinde sizin yaşlarınızda bir çocuk yaşarmış. Hasta olup okula gidemediği bir cuma günü öğretmenin sınıfta sosyal duygusal becerilerden bahsettiğini öğrenmiş. Ne olduğunu çok merak etmiş ama hafta sonu geldiği için öğretmene soramayacakmış. Cumartesi günü evlerinin arkasındaki güvenli bir ormanda gezintiye çıkmaya karar vermiş. Ormana henüz yeni girmişken bir ses duymuş. Sesin geldiği yere baktığında çok güzel bir kuş görmüş. Kuş, “Hey ufaklık! Neden düşüncelisin böyle?” demiş. Çocuk, “Sosyal Duygusal Beceriler diye bir şey duydum ama ne olduğunu bilmiyorum. Öğrenmek istiyorum.” demiş..



<https://www.youtube.com/watch?v=EvJtDG3i-6c>

Kuş, “Sana bu konuda yardım edebilecek tanıdıklarım var, beni takip et.” demiş ve yavaşça uçmaya başlamış. Çocuk da onun peşinden gitmiş. Az ileride bir göl kenarında durmuşlar. Gölün kıyısında suya eğilmiş, kendilerini izleyen bir tavşan görmüşler. Kuş, “Merhaba tavşan kardeş, yanımdaki ufaklık Sosyal Duygusal Beceriler diye bir şey duymuş ama ne olduğunu bilmiyormuş. Ne yaptığını anlatırsan belki ona faydası olur.” demiş. Tavşan, “Elbette anlatırım. Ben her gün buraya gelir ve kendimi tanımak için sudaki yansımama bakarım. Tabii ki sadece yüzümü tanımak için değil aynı zamanda güçlü ve zayıf yönlerimi, becerilerimi, duygularımı anlamaya çalışırım. Bunun adına öz farkındalık diyorum.” demiş.



Tavşana teşekkür edip tekrar yola koyulmuşlar. Az sonra açık alanda otlayan bir geyik sürüsüyle karşılaşmışlar. Liderleri olan geyik, “Merhaba Kuş, hangi rüzgâr attı seni buraya?” diye sormuş. Kuş, “Merhaba geyik kardeş, yanımdaki ufaklık Sosyal Duygusal Beceriler diye bir şey duymuş ama ne olduğunu bilmiyormuş. Nasıl böyle bir arada yaşadığınızı anlatırsan belki ona faydası olur.” demiş. Geyik, “Tabii anlatırım. Bizim sürümüze bazen boynuzu kırılmış, bazen farklı renkte olan, bazen daha kısa boylu, bazen de bizden farklı sesler çıkaran geyikler gelir. Biz hepsini sürümüze kabul eder birlikte yaşamaya devam ederiz. Bu nedenle ormandaki en çeşitli, en renkli ve tabii ki en mutlu geyik sürüsü biziz. Bunun adına sosyal farkındalık diyoruz.” demiş.



Geyiğe teşekkür edip sürüyle vedalaştıktan sonra yollarına devam etmişler. Bir süre sonra bir arı ile karşılaşmışlar.

Kuş, "Merhaba arı kardeş, yanımdaki ufaklık Sosyal Duygusal Beceriler diye bir şey duymuş ama ne olduğunu bilmiyormuş. Nasıl bu kadar çalıştığını anlattıysan belki ona faydası olur." demiş. Arı, "Elbette anlatırım. Benim her işim planlıdır. Gün içinde çalışmam gereken zamanda çalışır, dinlenmem gereken zamanda dinlenir, eğlenmem gereken zamanda da eğlenirim. Bir işle uğraşırken asla başka şeylere dalıp gitmem. Bazen zorlandığım olur ama o zaman da duygularımı yöneterek çalışmaya devam ederim. Ben bunun adına öz yönetim diyorum." demiş.



Arı ile vedalaşıp yollarına devam eden çocuk ve kuş biraz ileride tilki ile karşılaşmışlar. Tilki nefes nefeseymiş. Kuş, "Merhaba tilki kardeş, yanımdaki ufaklık Sosyal Duygusal Beceriler diye bir şey duymuş ama ne olduğunu bilmiyormuş. Nasıl bu kadar probleme rağmen yaşamaya devam ettiğini anlattıysan belki ona faydası olur." demiş. Tilki, "Tabii anlatırım. Birçok zaman sorunlarla karşılaşıyorum fakat karşılaştığım sorunlar üzerine düşünüp çözüm yolları bulmaya çalışıyorum. Bir karar vermek durumunda kaldığımda olayları ve durumları her yönüyle düşünüp sonra karar veriyorum. Bunun adına da sorumlu karar verme diyorum." demiş.



Bu sırada yerde bir karınca olduğunu fark etmiş. Önce karıncadan özür dilemiş, sonra da “Bu kadar karınca bir arada nasıl yaşıyorsunuz? Aranızda hiç anlaşmazlıklar olmuyor mu? Bu kadar karıncanın karnı nasıl doyuyor? Bana anlatır mısın?” diye sormuş. Karınca, “Elbette anlatırım. Biz bütün karıncalar iş birliği içinde çalışırız. Yardıma ihtiyaç duyduğumuzda yardım ister, ihtiyacı olan varsa da yardım ederiz. Bu sayede tüm karıncalara yetecek kadar yiyecek toplayabiliriz. Tabii aramızda ufak tefek anlaşmazlıklar olur ama bunları da kırıcı olmadan çözmeye çalışır, saygı ve sevgi içerisinde güzel bir iletişim kurmaya devam ederiz. Biz bunun adına etkili iletişim becerileri diyoruz.” demiş. Karıncayla da vedalaştıktan sonra kuş çocuğun omzuna konmuş ve kulağına fısıldamış: Artık sen de sosyal duygusal becerileri biliyorsun...



» Siz bu hayvanlardan hangilerinin önerilerini daha çok yapıyorsunuz?

» Siz de hikâyedeki çocuğa bir şey önerecek olsanız ne önerirdiniz?

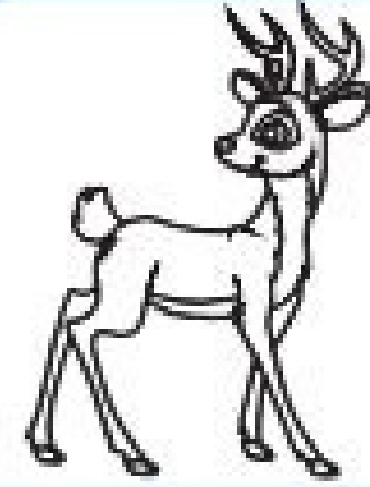
» Sizce sosyal duygusal beceriler neden önemlidir?



Kendini ve Duygularını Tanı



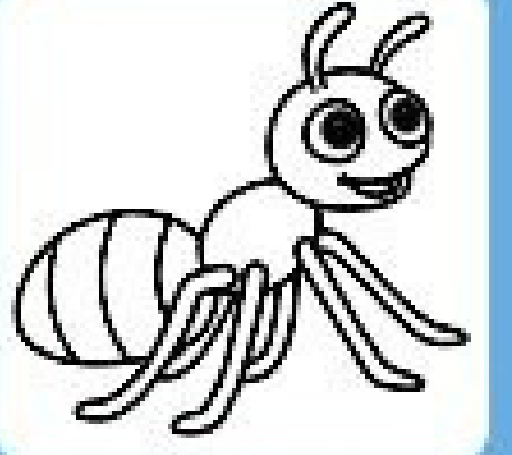
Planlı Çalış Planlı Dinlen



Herkesi Olduğu Gibi Kabul Et



Karar Vermeden Önce İyi Düşün



İş Birliği Yap, Yardım İste ve Yardım Et

» Bu fotoğraftaki kişiler
ne yapıyor?

» Sizce bu kişilerin ortak
özellikleri neler?

» Sizce bisiklet binmeyi
veya gitar çalmayı
öğrenmek için ne
yapmak gerekiyor?



- “Bisiklet sürmek ve gitar çalmak için sürekli çalışmak gerekiyor.
- Ne kadar çok çabalarsanız o kadar iyi bisiklet sürebilir, o kadar iyi gitar çalabilirsiniz.
- Çünkü bunlar birer beceridir. Sosyal duygusal beceriler için ne kadar çok çalışırsak, o kadar iyi şekilde bu becerilere sahip olabiliriz.
- Sosyal duygusal beceriyi geliştirmek için kendimizi iyi tanıyıp diğer insanlarla bir arada olmalıyız.”



- Aşağıda verilen geliştirilmek istenen bazı özelliklerle ilgili neler yapılmasını önerirsiniz?
- “İnsanlara selam vermekte zorlanıyorum.”
- “Nelerden hoşlanıp nelerden hoşlanmadığımı bilmiyorum.”
- “Derslerime çalışmakta zorlanıyorum.”
- “Sorunlarımı çözemiyorum.”
- “Arkadaşlarımla anlaşılamıyorum.”



"Duygularımı Anlıyorum!"(Özfarkındalık)

Karakterler:

- Ayşe
- Murat
- Öğretmen

Sahne:

Ayşe ve Murat, okul bahçesinde oynarken bir tartışma yaşarlar. Öğretmen, olayın ardından gelir ve onlara duygusal farkındalık konusunda yardımcı olur.

(Ayşe ve Murat, okul bahçesinde top oynarken top birden duvara çarpar ve Murat topu alırken Ayşe ona sinirlenir.)

Ayşe: (Sinirli bir şekilde)

Benim topumdu! Neden hep sen alıyorsun? Topu ben istedim!

Murat: (Suratını ekşiterek)

Ama Ayşe, topu ben aldım çünkü sen önce vurdun. Ben sadece topu almak istedim!

Ayşe: Hayır, sen hep benim eşyalarımı alıyorsun! Bu çok adil değil!

Murat: (Sinirli bir şekilde) Ama ben sadece... (Öğretmen gelir)

Öğretmen: Merhaba çocuklar! Ne oluyor burada?

Ayşe: (Hızlıca)

Murat hep benim eşyalarımı alıyor! Topumu da alıp gitti!

Murat: Ama Ayşe, ben sadece topu aldım, sana kötü bir şey yapmadım!

Öğretmen: Ayşe, Murat'ın kötü bir şey yapmadığını fark ettin mi? Belki senin biraz daha sakinleşmen gerekebilir. Murat, topu alırken niye sinirlendin, bunu düşünmek istedin mi?

Ayşe: (Düşünerek) Bilmiyorum, aslında top kaybolmuş gibi hissettim. Bunu anlamadım. Ben de öfkelen dim. Ama şimdi öğretmenim, Murat'ın hiçbir kötü niyeti olmadığını anlıyorum.

Öğretmen: Harika! İşte bu, özfarkındalık demek. Sinirlendiğinde, ne hissettiğini ve neden böyle hissettiğini anlamaya çalışmak çok önemli. Bazen insanlar sinirlenebilir, ama önce duygularımızı anlamak, sonra nasıl tepki vereceğimizi bilmek iyi bir şeydir.

Murat: Evet, Ayşe. Ben sadece topu almak istedim, kötü bir şey yapmadım.

Ayşe: Evet, haklısın Murat. Artık sinirlenmek yerine, neden böyle hissettiğimi anlayabilirim. Sadece topu kaybolmuş gibi hissettim, ama aslında senin suçun değildi. Özür dilerim.

Murat:

Sorun değil, Ayşe. Bundan sonra daha dikkatli olurum.

Öğretmen: Çok güzel! Ayşe, duygularını anlamak ve Murat'a saygı göstermek, harika bir davranıştı. Şimdi herkes daha sakin ve mutlu. Kendimizi tanımak, başkalarına nasıl daha iyi davranacağımızı anlamamıza yardımcı olur.

"Birlikte Güçlüyüz"(Sosyal Farkındalık)

Karakterler:

- Can
- Elif
- Berk
- Öğretmen

Sahne: Can, Elif ve Berk sınıfta oyun oynarken bir konu hakkında anlaşmazlık yaşarlar. Öğretmen, onlara sosyal farkındalık konusunda yardımcı olur.
(Sahne açılır. Can, Elif ve Berk sınıfta bir oyun oynuyorlar.)

Can: Hadi, şimdi sırayla hepimiz topu atacağız ve topu tutmaya çalışacağız! Ben başlıyorum!

(Can topu atarken, Elif topu tutamaz ve top yere düşer.)

Elif: Ah, ben başaramadım! Topu tekrar atmamı ister misiniz?

Berk: (Gülerek) Ah, Elif! Topu tutamadın! Neden bu kadar zorlanıyorsun?

Elif: (Hüzünlü bir şekilde)

Berk, bu senin için kolay olabilir ama benim için çok zor. Lütfen dalga geçme.

Can: Berk, Elif'in elinde topu tutmak zor olabilir. Herkesin farklı güçlü ve zayıf yönleri var. Bizim bunu anlamamız gerek.

Berk: (Biraz utanarak)

Haklısınız, özür dilerim Elif. Dalga geçmemeliydim.

(Öğretmen sınıfa girer.)

Öğretmen:

Merhaba çocuklar! Ne oluyor burada?

Can: Berk, Elif'e topu tutamadığı için dalga geçiyordu. Elif de biraz üzüldü.

Öğretmen: Berk, Elif'in duygularına dikkat etmek çok önemli. Sosyal farkındalık, diğerlerinin hislerini anlamak ve onlara saygı göstermek demektir. Elif'in topu tutması daha zor olabilir ve ona yardım edebilirdik.

Berk: Evet, şimdi daha iyi anlıyorum. Elif, gerçekten özür dilerim. Sana yardımcı olabilirim. Belki birlikte çalışarak daha iyi atmayı öğrenebiliriz!

Elif:

Teşekkür ederim, Berk. Yardımcı olursan çok sevinirim!

Öğretmen:

Harika bir çözüm buldunuz! Sosyal farkındalık, insanların farklılıklarını anlamak ve birbirine yardım etmektir. Şimdi hep birlikte, Elif'e nasıl yardımcı olabileceğinizi düşünün. Ne dersiniz, Elif'e farklı yollarla topu tutmayı öğretmeye çalışalım?

Can: Bence Elif'e nasıl daha rahat tutabileceğini gösterelim! Belki topu biraz daha yavaş atabiliriz.

Berk: Evet, ve belki Elif topu daha kolay tutabilmesi için ellerini nasıl yerleştirmesi gerektiğini anlatabiliriz!

Öğretmen: Çok güzel! İşte bu, sosyal farkındalık. Birbirimizin farklılıklarına saygı gösterdiğimizde, hep birlikte daha güçlü oluruz.

Berk, Elif'in duygularını anlamayı öğrenir ve ona yardımcı olmak için birlikte çözüm bulurlar. Sosyal farkındalık, başkalarının hislerini anlamak ve onlara saygı göstermek, empati kurmak ve birbirimize destek olmak demektir. Bu, hem sağlıklı ilişkiler kurmamıza hem de güçlü bir topluluk oluşturmamıza yardımcı olur.

"Zeynep'in Özyönetimi"(Özyönetim)

Karakterler:

- Zeynep
- Kemal
- Öğretmen

Sahne: Zeynep, okulda bazı görevlerini yapmakta zorlanıyor çünkü dikkatini kolayca kaybediyor. Öğretmeni, ona özyönetim konusunda yardımcı oluyor.

(Sahne açılır. Zeynep ve Kemal, okulda sınıfta çalışmaktadır. Zeynep, çok dikkatini toplayamıyordur ve sürekli düşünceleri dağılır.)

Zeynep: Kemal, bak! Oyun saatine çok az kaldı! Ne zaman oyun oynayacağız? Şu anda çalışmak zor, hep oyun düşünüyorum.

Kemal: Ama Zeynep, öğretmenimiz şu an matematik sorularını çözmemizi istedi. Eğer hep oyun düşünürsen, çalışmayı bitiremeyiz!

Zeynep: Evet ama oyun çok eğlenceli. Çalışmak bu kadar zor olmamalı! Bir an önce bitirip oyun oynamak istiyorum.

(Öğretmen sınıfa gelir.) Öğretmen: Merhaba Zeynep, Kemal! Nasılsınız?

Zeynep: Öğretmenim, çok zorlanıyorum. Herkes oyun oynamak istiyor ve ben çalışırken aklım oyunlarda. Dikkatimi veremiyorum!

Öğretmen: Zeynep, bazen işler zorlayıcı olabilir. Ama özyönetim çok önemli. Özyönetim, yapmamız gereken şeylere odaklanmamıza yardımcı olur. Yani, biz oyun oynamak istesek de önce görevlerimizi bitirip, sonra ödülleri hak edebiliriz. Şimdi, matematik sorularını bitirene kadar oyun düşünmemek gerekiyor. Önce soruları çöz, sonra oyun zamanı gelir.

Zeynep: (Biraz şaşırarak)

Özyönetim mi? Yani önce çalışıp sonra oyun mu? Ama bu zor gibi görünüyor.

Öğretmen: Evet, Zeynep! Bu, bizim hem sabırlı olmamıza hem de doğru zamanda doğru şeyi yapmamıza yardımcı olur. Şu an görevine odaklan, çünkü oyun zamanında daha eğlenceli olacak.

Kemal: Evet Zeynep, önce bu soruları bitirirsek, birlikte eğlenceli bir oyun oynayabiliriz. Hem hemen bitince oyun daha da keyifli olur!

Zeynep: Hımm... Haklısınız! O zaman, önce bu soruları çözüp, sonra oyun oynayacağım. Hedefim bitince oyun oynamak! (Zeynep çalışmaya başlar.)

Öğretmen: Harika Zeynep! Görüyorsunuz çocuklar, özyönetim sayesinde hem görevlerimizi tamamlayabiliriz, hem de ödüllerimizi zamanında alabiliriz. Hedeflere odaklanmak çok önemlidir!

Zeynep: Bitti! Şimdi oyun zamanı! (Gülümseyerek) Sadece çalışarak daha çok eğlenebilirim!

Kemal: Evet, Zeynep! Şimdi çok daha eğlenceli olacak!

Öğretmen: Harika, Zeynep! Hedefe odaklanarak başarıya ulaşmanın güzel bir örneğini gösterdin. Şimdi oyun saatine geçebilirsiniz!

Zeynep, oyun oynamak yerine önce görevini bitirip sonra ödülleri hak eder. Özyönetim, doğru zamanda doğru şeyleri yapmak ve sabırlı olup hedeflere ulaşmak anlamına gelir. Bu, hem derslerde hem de günlük yaşamda başarılı olmanın anahtarıdır.

"Yeni Arkadaşlar" (İlişki Geliştirme)

Karakterler:

- Ali
- Ayşe
- Emre
- Öğretmen

Sahne: Ali yeni okula gelmiştir ve diğer çocuklarla arkadaşlık kurmakta zorlanıyordur. Öğretmen, Ali'ye arkadaşlık geliştirme konusunda yardımcı olur.

(Sahne açılır. Ali, sınıfta diğer çocukların yanında yalnız duruyordur. Ayşe ve Emre birlikte oyun oynarken Ali'yi izliyorlar.)

Ali: (İçinden düşünerek) Bugün de kimseyle konuşamadım. Yeni okulumda kimseyi tanımıyorum. Ne zaman arkadaşlarım olacak acaba?

Ayşe: (Ali'ye gülümseyerek yaklaşır) Merhaba Ali! Yalnız mısın? Biz de Emre ile oyun oynuyoruz, sen de gelmek ister misin?

Ali: (Çekingen bir şekilde) Ben... Ben oynamayı bilmiyorum. O yüzden hep yalnız kaldım.

Emre: (Ayşe'ye bakarak) Ah, Ali, oyun çok eğlenceli! Beraber oynarsak, öğrenirsin. Bizimle gel, sen de çok eğlenirsin!

Ali: (Biraz utanarak) Ama ben... Ben ne yapacağımı bilmiyorum.

Öğretmen: (O sırada sınıfa girer ve çocukları gözlemler)

Merhaba çocuklar! Ne güzel, Ayşe ve Emre yeni bir arkadaş ediniyorlar. Ali, bazen insan yeni bir ortamda zorlanabilir ama arkadaşlık kurmak, birbirine yardımcı olmak çok güzel bir şeydir.

Ayşe: (Öğretmene) Öğretmenim, Ali'nin bizimle oynamasını çok isterim ama o biraz çekingen. Yardım eder miyiz?

Öğretmen: Tabii ki! Ali, Ayşe ve Emre'ye katılmak istemez misin? Bazen yeni bir şeyler denemek, bir arkadaşla başlamak daha kolaydır. Arkadaşlık kurmak, birbirimizi tanımak demektir. Ayşe ve Emre seni bekliyor, birlikte daha fazla eğlenebilirsiniz.

Ali: (Bir süre düşündükten sonra) Hımm... Belki de denemeliyim. Birlikte oynamak eğlenceli olabilir.

Ayşe: (Gülümseyerek) Harika! Şimdi sana nasıl oynayacağımızı göstereceğiz. Seninle oyun oynarken çok eğleneceğiz!

Emre: Hadi Ali, şimdi birlikte başlayalım! Biz birbirimize yardım edeceğiz, birlikte çok güzel arkadaşlar oluruz!

Ali: (Gülümseyerek) Teşekkür ederim, Ayşe, Emre! Gerçekten birlikte oynamayı çok isterim!

Öğretmen: Gördünüz mü, çocuklar? İyi ilişkiler kurmak, birbirine yardım etmek ve empati yapmakla başlar. Ali, şimdi Ayşe ve Emre ile daha yakın bir arkadaşlık kuracak ve hep birlikte eğleneceksiniz. Unutmayın, arkadaşlık kurmak, birinin yardımına ihtiyaç duyduğunda onu anlamak ve birlikte vakit geçirmektir.

(Sahne kapanır.)

Ali, yeni bir arkadaşlık kurarken Ayşe ve Emre'nin yardımlarıyla daha rahat olur. Arkadaşlık, birbirine yardım etmek, anlamak ve birlikte vakit geçirmekle gelişir. Bu skeç, öğrencilerin sosyal beceriler kazanmalarına, empati kurmalarına ve yeni arkadaşlıklar edinmelerine yardımcı olmayı hedefler.

"Zeynep ve Yeni Telefon" (Sorumlu Karar Verme)

Karakterler:

- Zeynep
- Ayşe
- Emre
- Öğretmen

Sahne:

Zeynep, yeni bir telefon almayı çok istiyor. Ancak bunun ne kadar sorumlu bir karar olduğunu düşünmesi gerekiyor. Öğretmeni ve arkadaşları, ona nasıl sorumlu bir karar verebileceğini gösteriyor.

(Sahne açılır. Zeynep, Ayşe ve Emre okuldan sonra bir bankta oturuyorlar.)

Zeynep: Arkadaşlar, annem bana yeni bir telefon almayı düşünüyor. Çok heyecanlandım! Ama hala karar veremedim. Acaba almalı mıyım?

Ayşe: Telefon almak çok eğlenceli olabilir ama dikkatli olmalısın, Zeynep. Yeni telefon almak büyük bir karar. Sadece eğlenmek için değil, başka sorumluluklar da getirebilir.

Emre: Evet, telefon almanın bazı sorumlulukları var. Telefonu doğru şekilde kullanmalısın. Mesela, çok fazla ekran süresi geçirirsen gözlerin zarar görebilir. Ayrıca, derslerimize de dikkat etmemiz gerekiyor.

Zeynep: (Düşünerek) Haklısınız, bazen telefonla çok vakit geçirebiliyorum. Ama eğlenceli oyunlar oynayabiliyorum ve arkadaşlarımla sohbet ediyorum. Yine de okulda derslere de zaman ayırmam gerek. Ne yapmalıyım?

Öğretmen: (O sırada yaklaşıp) Merhaba çocuklar! Ne hakkında konuşuyorsunuz?

Zeynep: Öğretmenim, yeni bir telefon almak istiyorum ama ne kadar sorumlu bir karar olduğunu bilmiyorum. Bir yandan çok istiyorum, ama derslerim ve diğer işlerim de var. Ne yapmalıyım?

Öğretmen: Zeynep, sorumlu karar verme çok önemlidir. Bir şey almak istediğimizde, önce bu kararın hayatımızdaki etkilerini düşünmeliyiz. Telefon almak istediğinde, sadece eğlenmek mi istiyorsun yoksa telefonla ders çalışmak, bilgiye ulaşmak gibi sorumluluklar da üstlenmek mi? Ayrıca, telefon kullanımını nasıl sınırlayacağına dair bir plan yapmalısın.

Ayşe: Evet, Zeynep! Telefonu sadece oyun oynamak için değil, derslerine yardımcı olacak şekilde de kullanabilirsin. Mesela, ders çalışırken interneti araştırma yapmak için kullanabilirsin.

Emre: Ayrıca telefon almak, internet güvenliğini de düşünmen gerektiği anlamına gelir. İyi bir karar vermek, sadece kendine değil, başkalarına da saygı göstermek demektir.

Zeynep: (Gülümseyerek) Anladım! Öncelikle telefonun derslerime nasıl yardımcı olacağını düşünmeliyim. Sonra telefon kullanımımı sınırlandırmak için bir plan yapmalıyım. Eğer bunları yapabilirsem, telefon almayı düşünebilirim.

Öğretmen: Harika Zeynep! Bu, sorumlu bir karar. Düşünerek, ne kadar önemli olduğunu ve nasıl doğru bir şekilde kullanman gerektiğini değerlendirdin. Şimdi, telefon almak, sadece eğlenceli değil, aynı zamanda bir sorumluluk da taşıyor.

Zeynep: Evet, doğru. Telefon almak çok eğlenceli, ama sorumluluklarımı yerine getirmeliyim. Şimdi sorumlu bir şekilde telefon kullanmayı planlıyorum!

Ayşe: Güzel bir karar Zeynep! Böylece hem telefonunu kullanabiliriz, hem de derslerimize daha fazla odaklanabiliriz!

Sorumlu karar verme, bir kararın sonuçlarını düşünmek ve doğru seçimler yapmaktır. Bu, sadece kişisel fayda sağlamak değil, aynı zamanda başkalarına ve çevremize de saygı göstermek anlamına gelir.

Sosyal Beceri Ölçeği:

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLScxOgLb9nX615OhYBanhVRF2n-i7_0pje2WUOEigDaQsGV-vA/viewform