



PSIKOLOJİK DANIŞMANLIK

VE

REHBERLİK SERVİSİ

***OLUMLU DAVRANIŞ
GELİŞTİRME***

Davranış nedir?

Davranış, canlıların dış dünyaya karşı her türlü verdiği tepkiler bütünüdür. Aile, çocuğun rol modeli olarak istenilen davranışların geliştirildiği ilk ve en önemli ortamdır. Bunu okul ortamı ve arkadaş çevresi izlemektedir.

Olumlu Davranış Nedir?

Çocuğun gelişim özelliklerine uygun, istedik, kendisine ya da başkalarına zarar vermeyen davranışlara olumlu davranış diyoruz. Anne-babaya saygılı olmak, dürüst olmak, sabırlı olmak, ülke değerlerini korumak, yaşlılara saygılı olmak, canlılara zarar vermemek gibi...

AİLE-SOSYAL YAŞAM

İnsan sosyal bir varlık olmasının sonucunda sosyal yaşamında ve aile içerisindeki bireylerle olumlu iletişim becerilerini kullanarak yapıcı ve olumlu davranışlar ve etkileşimler içerisinde bulunmalıdır.

Bunun ilk adımı 'sen' dilinden 'ben' diline geçmektir.

- "**Ben**" dili, kişinin o anda karşılaştığı durum veya davranış karşısında, kişisel tepkisini duygu ve düşüncelerle açıklayan bir ifade tarzıdır.
- "**Sen**" mesajı iletişimi engeller. Sen mesajı, sen dilidir ve genellikle kızgınlık ifadesi için kullanılır. Sen mesajları, bizim hakkımızda bir ileti göndermez, odak hep karşımızdaki kişidir.

SEN DİLİ

- Suçlayıcı
 - Kırıcı
 - Alaycı
 - Olumsuz
- iletişim türüdür.

BEN DİLİ

- Değer veren
 - Olumlu
 - Dinleyen
 - Sevecen
- iletişim türüdür.

Sen Dili Örnek

Çok kabasın ! Her zaman sözümü kesiyorsun. Beni asla anlamıyorsun!

Ben Dili Örnek

Sözüm kesildiği için kendimi ifade edemiyorum. Beni dinlediğin zaman kendimi daha iyi ifade edebilirim.

- İçinde bulunduğumuz topluluğunun belirlenen kurallarına uyarsak karşımıza çıkacak problemleri engellemiş oluruz.
- Aileniz ile ortak bir paydada buluşarak kendi düşüncelerinizi de paylaştığınız bir kurallar listesi oluşturabilirsiniz. Bu sayede aile içi iletişimi artırabilirsiniz. Kendi belirlediğiniz kurallar olacağı için engellenmişlik hissetmezsiniz.
- Sosyal yaşantınızda da kişilerle problemler yaşadığınızda ‘ben’ dilini kullanarak problemlerinizi daha kolay çözebilirsiniz.
- Arkadaşlarınızla ilişkelerinize de kurallar belirleyebilirsiniz. Bu sayede istenmeyen olumsuz davranışlarının önüne geçilebilir.

OKULDA ÖĞRENCİLERİMİZDEN BEKLEDİĞİMİZ OLUMLU DAVRANIŞLAR

Bahçe:

- ✓ Arkadaşlarıma hitap ederken saygılı olurum.
- ✓ Geçişlerde yürüme için ayrılan alanı takip ederim.
- ✓ Oyun oynarken, çevremdekilerin güvenliğine dikkat ederim.
- ✓ Çöpümü çöp kutusuna atarım.
- ✓ Okul eşya ve malzemelerini korurum.
- ✓ Tören alanına zamanında gelirim.
- ✓ Düzenli sıra olurum.
- ✓ Nöbetçi öğretmenin yönergelerine uyarım.
- ✓ Grup oyunlarına katılırım.
- ✓ Öğretmenlerim ve arkadaşlarımla selamlaşırım.

Koridor ve Merdivenler:

- ✓ Alçak sesle konuşurum.
- ✓ Öğrenci giriş zili çaldığında sınıfıma geçerim.
- ✓ Çöpümü çöp kutusuna atarım.
- ✓ Okul eşya ve malzemelerini korurum.
- ✓ Öğretmenlerim ve arkadaşarımla selamlaşırım.
- ✓ Pano çalışmalarına katılırım

KANTIN:

- ✓ Arkadaşılarım ve görevlilere nazik davranırım.
- ✓ Alışveriş yaparken sıramı beklerim.
- ✓ Alçak sesle konuşurum.
- ✓ Çöpümü çöp kutusuna atarım.
- ✓ Masa ve sandalyemi düzenli bırakırım.
- ✓ Kantini zamanında terk ederim.

Kütüphane:

- ✓ Sessiz çalışırım.
- ✓ Kitapları ve eşyaları korurum.
- ✓ Aldığım kitapları vaktinde teslim ederim.
- ✓ Düzenli ve temiz tutarım

TUVALETLER:

- ✓ Tuvaleti amacına uygun kullanırım.
- ✓ Sıra oluştururum.
- ✓ Kullanım alanlarını temiz bıraktığımdan emin olurum.
- ✓ Temizlik malzemelerini ve suyu tutumlu kullanırım.
- ✓ Görülen eksiklikleri nöbetçi öğretmene bildiririm

Sınıf İçerisinde:

- ✓ Ders öğretmenimi sıramda beklerim.
- ✓ Ders araç gereçlerimin tümünü yanımda bulundururum.
- ✓ Dersi etkin olarak dinler ve not tutarım.
- ✓ Derse etkin bir şekilde katılım sağlarım.
- ✓ Söz alarak, sırayla konuşurum.
- ✓ Etkileşimli tahtayı amacına uygun kullanırım.
- ✓ Sınıfımı temiz tutarım.
- ✓ Sınıf araç gereçlerini ve eşyalarını korurum.
- ✓ Oturma düzenine riayet ederim.

ÖDEV:

- ✓ Ödevlerimi zamanında ve itinayla yaparım.
- ✓ Proje vb. ödevlerimi özenle hazırlarım ve belirtilen tarihte teslim ederim.

Zamanlama:

- ✓ Okul idaresi tarafından belirlenen saatte okulda olurum.
- ✓ Öğrenciler için belirlenmiş zamanda
- ✓ sınıfımda olurum.
- ✓ Canlı derslere katılımımı zamanında ve eksiksiz gerçekleştiririm.

Kılık Kıyafet:

- ✓ Okul kıyafetimi giyerim.
- ✓ Okula makyajsız ve temiz olarak
- ✓ Gelirim.

OKULDA SOSYAL YAŞAM:

- ✓ Kişilik ve farklılıklara saygı duyarım.
- ✓ Hatalara karşı tolerans gösteririm.
- ✓ Sınıfımla etkinlikler yaparım.
- ✓ Sınıfça etkinlik hazırlarım.
- ✓ Sınıf panosu hazırlanmasına fikir ve emeğimle katkıda bulunurum.
- ✓ Nakil gelen arkadaşımaya uyum sürecinde yardımcı olurum.
- ✓ Selamlaşırım.

TEŐEKKÖR EDERİZ 😊

Bilgi almak istediğiniz konularla ilgili Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Servisi ile iletiőime gecebilirsiniz.