

SALDIRGAN VE ÇEKİNGEN DAVRANIŞ BİÇİMİ OLAN ÖĞRENCİLERE NASIL DESTEK OLABİLİRİZ?

Saldırgan Davranış Gösteren Öğrenciler İçin:

- Sakin iletişim kurarak sınırları net bir şekilde belirleyelim.
- Davranışın sonucunu görmelerini sağlayalım (örneğin, "Bu şekilde konuştuğunda arkadaşların seni dinlemiyor.").
- Duygularını yapıcı yollarla ifade etmeleri için yönlendirelim.
- Pozitif model olalım: Güçlü ama saygılı iletişimi biz gösterelim.



Çekingen Davranış Gösteren Öğrenciler İçin:

- Küçük başarılar yaşatarak güvenlerini arttıralım.
- Söz istemeleri için cesaretlendirelim, zorlamayalım.
- "Senin fikrin bizim için değerli" gibi ifadelerle değer duygularını pekiştirelim.
- Empati grubu çalışmaları ile akran desteğini teşvik edelim.

UNUTMAYALIM!

Atılgan olmak, agresif ya da pasif olmak değildir.
Atılganlık, kendimize ve başkalarına karşı saygılı bir duruş sergilemektir.
Bunu erken yaşta öğrenen çocuklar, yaşamları boyunca daha güçlü ve sağlıklı ilişkiler kurarlar.



BULANIK İHO REHBERLİK SERVİSİ

ATILGANLIK

-ÇEKİNGEN DAVRANIŞ
-SALDIRGAN DAVRANIŞ
-ATILGAN DAVRANIŞ

ÖĞRETMEN BROŞÜRÜ

Psk.Dan.Büşra KABAKCI



ATILGANLIK NEDİR?

Atılganlık, bireyin duygu, düşünce ve haklarını başkalarının haklarına zarar vermeden açık, net ve dürüst bir şekilde ifade edebilmesidir. Atılgan bireyler kendi haklarını korurken, başkalarının duygularına da saygı gösterirler.

NEDEN ÖNEMLİDİR?

- Özgüveni artırır.
- İletişim becerilerini geliştirir.
- Duygu ve düşünceleri sağlıklı şekilde ifade etmeyi sağlar.
- Zorbalığa karşı durmada güçlü bir araçtır.
- Problem çözme becerilerini destekler.



1 Saldırgan Davranış Biçimi

Başkalarını hakların gasp ederek kendi hakkını ve sınırlarını korumaya çalışan davranış biçimidir. Bu öğrencilere, onları doğru şekilde yönlendirerek atılgan davranış kazandırılmalıdır. Herkese karşı üstünlük kurarak problem çözmeye çalışırlar.

2 Çekingen Davranış Göstergeleri

Kendine ve fikirlerine değer vermeyen, söz hakkı almayı tercih etmeyen, itirazda bulunmakta zorlanan davranış biçimidir. Haklı olduklarını düşünmezler, haklı olsalar dahi kendilerini savunmak ve itiraz etmek onlar için zordur. Herkese uyum sağlayarak problem çözmeye çalışırlar.

3 Atılgan Davranış Biçimi

Yalnızca kendi haklarına değil başkalarını haklarına da saygılıdır. Problemlerini çözerken ben dili kullanırlar, rahatsız olduklarında sınır çizebilirler ve fikirlerini söylemekten korkmazlar.

İstek ve ihtiyaçlarını, duygu ve düşüncelerini dile getirmekten çekinmezler.

ATILGANLIK CÜMLELERİNE ÖRNEKLER

"Bu konuda farklı düşünüyorum."

"Bu davranış beni rahatsız etti."

"Şu anda konuşmak istemiyorum."

"Yardıma ihtiyacım var."

"Hayır, yapmak istemiyorum."

