

Davranış Nedir?

Davranış, dış dünyaya karşı her türlü tepkiler bütünüdür. Aile çocuğun rol model olarak istenen davranışların geliştirildiği ilk ve en önemli ortamdır bunu okul ortamı ve arkadaş çevresi izlemektedir.



Olumlu Davranış Nedir?

Çocuğun gelişim özelliklerine uygun, istendik, kendisine ve başkalarına zarar vermeyen davranışlara olumlu davranış diyoruz. Anne-babaya ve öğretmenlere saygılı olmak, sabırlı olmak, dürüst olmak, ülke değerlerini korumak, doğayı korumak, çevreyi temiz tutmak, canlılara zarar vermemek...



Olumsuz Davranışın Oluşmasındaki Etmenler

A- Aileden Kaynaklanan Etmenler

- Ailenin Çocuğa Yeterli İlgı Göstermemesi
- Evde Sıkı Kontrol
- Aile İçi Sorunlar
- Kuşak Çatışması
- Ailenin Ekonomik Durumu
- Ailenin Eğitim Düzeyi

B- Öğretmenin Davranışından Kaynaklanan Etmenler

- Sosyal Beceri Yetersizlikleri
- Öğretimle İlgili Beceri Yetersizlikleri

C- Sınıfın Yapısından Kaynaklanan Etmenler

- Sınıfın Fiziksel Yapısı
- Sınıfların Kalabalık Olması

D- Öğrenciden Kaynaklanan Etmenler

- Öğrencinin Kişilik Özellikleri
- Öğrencinin Gelişim Özellikleri
- Öğrencinin Değer ve Davranış Kalıpları
- Öğrencin Başarı Durumu

E- İstenmeyen Davranışın Oluşumundaki Diğer Etmenler

- Okulun Yapısı ve Yönetimi
- Akran Grubu
- Bilgi ve İletişim Teknolojileri

Sınıfta Sıklıkla Gözlenen İstenmeyen Öğrenci Davranışları

- Dersle ilgilenmemek
- Derse devam etmeme ya da derslere geç gelme
 - Derste söz almadan konuşma
- Derste hayal kurma ya da ders dışı bir etkinlikle uğraşma
 - Derste diğer arkadaşlarını rahatsız etme
 - Sınıfta uygun olmayan yer ve zamanda konuşma
- Konuşurken argo kelimeler kullanma ya da küfür etme
 - Arkadaşlarına lakap takma
 - İzinsiz sınıfa girme ya da sınıftan çıkma
- Öğretmene karşı gelme veya saygısızlıkta bulunma
 - Sınıftaki eşyalara ve araç-gereçlere zarar verme
 - Arkadaşlarına ve eşyalarına zarar verme
 - Başkalarının eşyalarını izinsiz alma veya kullanma
 - Verilen görev ve ödevleri yapmama

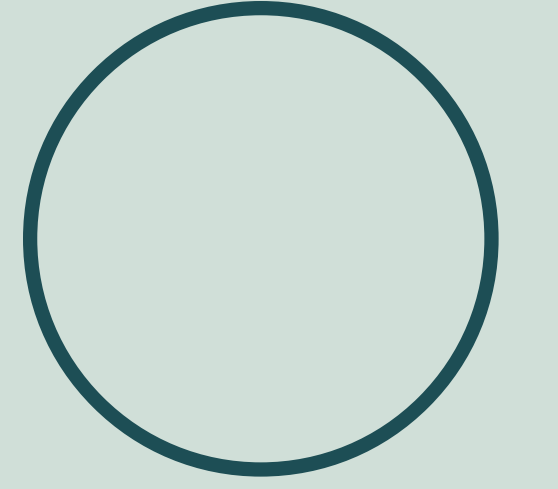
KENDİNİ TANIMA

Kendimizi tanımada yararlı olabilecek şu soruları yanıtlamaya çalışalım:

- *Gerçekten ben kimim?
- *Beni ne tanımlar? Kim veya ne beni şekillendirir?
- *Hayatımda hangi rolleri üstleniyorum ve bunlardan hangileri gerçek?
- *İhtiyaçlarım nelerdir? Ne istiyorum ne bekliyorum hayattan?
Hedeflerim ne? Benim için önemli olan ne?
- *Güçlü ve zayıf yönlerim ne? Neyi iyi yaparım? Bana ne zevk verir?
- *Neye inanıyorum ben? (ikili ilişkiler, yaşam, başarı, kendim)?
- *Benim davranışlarımı, düşüncelerimi, duygularımı belirleyen ne?

Olumlu tutum için, duygularımızı ve onları kontrol etmeyi öğrenmemizde yarar vardır.

İLETİŞİM

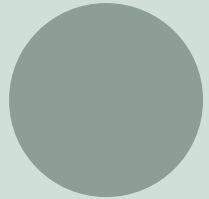


İnsan sosyal bir varlık olmasının sonucunda sosyal yaşamında ve aile içerisindeki bireylerle olumlu iletişim becerilerini kullanarak yapıcı ve olumlu davranışlar ve etkileşimler içerisinde bulunmalıdır.

Bunun ilkadımı '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.

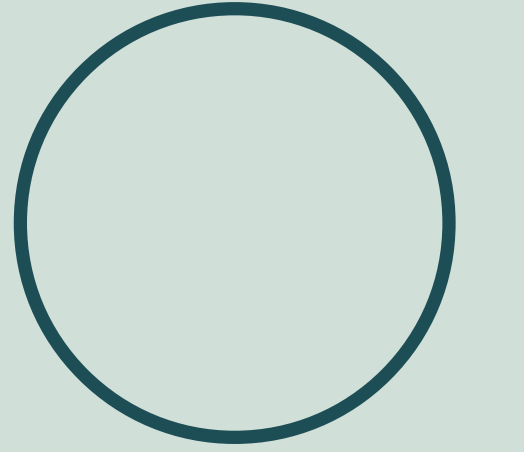
BEN DİLİ

- Değer veren
- Olumlu
- Dinleyen
- Sevecen

iletişim türüdür.

EMPATİ

Bireyin kendisini karşıdaki kişinin yerine koyarak onun bakış açısıyla, kültürü, inançları ve düşünce yapısını göz önüne alarak olay örgüsünü veya salt o bireyi anlayabilmektir. İletifim doğası gereği anlamayı ve anlaşılabilmeyi yani karşılıklı bir etkileşimde olabilmeyi hedefler. Bu noktada iletifimde empati kurmanın büyük bir artısı vardır.



Dijital Yorgunluęa Dikkat Edin

Öğrenci olarak teknolojik aletleri sorumluluklarınızı yaptıktan sonra belli zaman diliminde kullanın. Sürekli oyun oynamak, sanal dünyada gezinmek beyninizi yoracak ve ders çalışmak gibi motivasyon gerektiren bir sorumluluğu yapmamış olacaksınız. Akademik başarınızın düşmesi ile okula gelmede isteksizlik ve sınıfta dersi dinlemede güçlük yaşamış olursunuz.

Spor Yapın

Gelişim çağında en önemli etkinlik olarak yetenekleriniz ve biyolojik yeterliliğiniz doğrultusunda sporu seçin. Evde küçük egzersizler, yürüme gibi etkinlikleri düzenli yaparak mutluluk hormonlarınızın daha fazla salgılanmasını sağlayın. Bu şekilde okula daha zinde gelerek, derslerde dikkatinizin artmasına katkı sağlamış olursunuz.



TEŞEKKÜR EDERİZ...