



- Aşağıdaki kontrol listesini inceleyelim. Arkadaşlık ilişkilerimizi düşünerek listeyi işaretleyelim. Listeyi çoğaltıp hafta boyunca kullanalım. Zaman zaman listemizi tekrar inceleyerek arkadaşlık ilişkilerimizde kendimizi değerlendirelim.

KONTROL LİSTESİ		
Davranışlar	Evet	Hayır
1. Duygu ve düşüncelerimi nazikçe ifade ederim.	✓	
2. Arkadaşlarımda duygu ve düşüncelerine saygı gösteririm.	✓	
3. İhtiyaç duyduklarında arkadaşlarıma destek olurum.	✓	
4. Olumsuz davranışlar karşısında duygu ve düşüncelerimi kontrol edebilirim.	✓	
5. Karşılaştığım olumsuz davranışları sorun yaratmadan, konuşarak çözmeye çalışırım.	✓	

- Arkadaşlık ilişkilerimizdeki güçlü yönlerimizi ve geliştirmek istediğimiz özelliklerimizi düşünerek ilgili alanlara yazalım.

Güçlü Yönlerim:

Arkadaşlarımla oyuncaklarımı ve eşyalarımı paylaşmak, ihtiyaç duyduklarında onlara yardım etmek ve onlarla konuşurken nezaket ifadelerini kullanmak.

Geliştirmek İstediğim Özelliklerim:

Biri beni kızdırdığında hemen öfkelenmemek, sakın kalıp duygularımı kırıcı olmadan daha sabırla ifade etmek.

Arkadaşlık ilişkilerimizde geliştirmek istediğimiz özelliklerimizi güçlendirmek için neler yapabileceğimizi düşünelim. Davranışlarımızı ve arkadaşlık ilişkilerimizi buna göre yeniden düzenleyelim.