



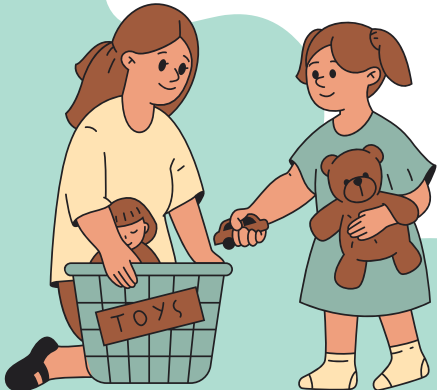
## NEZAKET

Nezaket; iyilik, şefkat, saygı, önemseme, incelik, empati, başkalarını mutlu etme, yardımsever olma gibi pek çok özelliği kapsamaktadır.

Araştırmalar, nezaketin etrafımızdaki bireylere olumlu etkisi olduğu gibi, kendi fiziksel ve zihinsel sağlığımızın iyileşmesinde de etkin rol oynadığını, stres ve kaygı düzeylerimizi azalttığını göstermektedir.

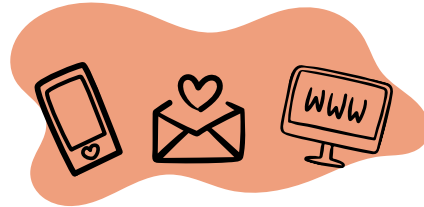
- İnsanın en büyük sanatı iyiliktir.
- Her şey incelikten, insan kabalıktan kırılır.

**Mevlana**








## AKRAN NEZAKETİ

**“Akran Nezaketi”  
okullarda öğrencilerin  
birbirlerine saygılı ve  
incelikli davranmalarını  
ifade eder.**



(0212) 620 15 17

-  [esenyurtram.meb.k12.tr](http://esenyurtram.meb.k12.tr)
-  [Instagram.com/Esenyurtram](https://www.instagram.com/Esenyurtram)
-  [x.com/EsenyurtRam](https://x.com/EsenyurtRam)
-  [facebook.com/esenyurtram](https://facebook.com/esenyurtram)
-  [youtube.com/@EsenyurtRAM](https://youtube.com/@EsenyurtRAM)

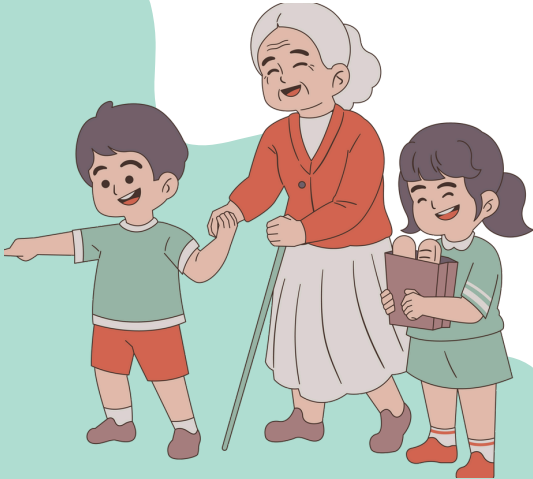


**ESENYURT  
REHBERLİK VE ARAŞTIRMA  
MERKEZİ**



## NE YAPABİLİRİZ

- Veli ve öğretmenler öğrencilere nezaketli olmak konusunda örnek olmalı.
- İletişim becerileri desteklenmeli
- Empati duygusunun gelişmesini sağlayan etkinlikler düzenlenmeli
- Sınır koyma, hayır diyebilme, duygularını ifade edebilme becerileri geliştirilmeli
- İyilik temalı etkinlik ve eğitimler düzenlenmeli bu etkinliklerin düzenlenmesinde öğrencilere sorumluluk verilmeli



## NASIL NEZAKETLİ OLURUZ?

SELAMLAŞMAK, MERHABA VE GÜNAYDIN DEMEK

DİNLEYEN BİR ARKADAŞ OLMAK

ÇEVRESİNDEKİLERLE SICAK BİR GÜLÜMSEME PAYLAŞMAK

İHTİYACI OLANLARA YARDIM ETMEK

BİR AİLE ÜYESİNE VEYA ARKADAŞINIZA ONLARI SEVDİĞİMİZİ SÖYLEMEK

FARKLILIKLARA KARŞI SAYGILI OLMAK

İLTİFAT ETMEK

“LÜTFEN” VE “TEŞEKKÜR EDERİM” KELİMELERİNİ SIKÇA KULLANMAK, BU İFADELERİ “BUNU BENİM İÇİN YAPMAN BÜYÜK İNCELİK”, “NAZİK DAVRANIŞIN İÇİN TEŞEKKÜR EDERİM”, “ÇOK NAZİKSİN”, VB İLE ZENGİNLEŞTİRMEK

KENDİNİZE KARŞI NAZİK OLUN

YENİ BİR ÖĞRENCİYLE VEYA YALNIZ OLDUĞU GÖRÜNEN BİR SINIF ARKADAŞIYLA KONUŞMAYA BAŞLAMAK

BİRİSİNİN RAHAT GEÇEBİLMESİ İÇİN YOL VERMEK ONUN İÇİN KAPIYI TUTMAK

EV İŞLERİNDE YA DA ŞİMDİYE KADAR YARDIM ETMEDİĞİMİZ BİR İŞTE AİLESİNE YARDIMCI OLMAK

SEVDİĞİNİZ İNSANLARLA İLETİŞİMDE KALMAK

DEĞER VERDİĞİ BİRİNE SÜRPRİZ BİR HEDİYE VERMEK