

ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ GELİŞTİRME VE AKRAN ZORBALIĞI İlkokul - Broşür



“Hayal gücü bilgiden daha değerlidir.”

Arkadaşlık İlişkilerini Geliştirme Yolları

Akran ilişkileri, bireylerin özellikle çocukluk, ergenlik ve gençlik dönemlerinde sosyal, duygusal ve bilişsel gelişimini etkileyen en önemli faktörlerden biridir. İlkokul döneminde kurulan arkadaşlıklar daha çok oyun temelli ve eğlence amaçlı kurulan arkadaşlıklardır. Çocuğa sosyal uyumun kazandırılmasında bu dönemde kurulan arkadaşlıkların önemi büyüktür.



Empatik Beceriler:

Bir kişinin başkalarının duygularını ve düşüncelerini anlama sürecidir. Bu yetenek, sağlıklı ilişkilerin temel taşlarından biridir ve akran ilişkilerini güçlendirmede önemli bir rol oynar.



Etkili iletişim becerilerine sahip olma:

Açık iletişim, duyguların açıkça paylaşılmasını sağlar, bu da yanlış anlamaları önler ve gerginliği azaltır. İletişimde nezaket ise saygılı bir dil kullanarak olumlu bir atmosfer yaratır ve ilişkileri güçlendirir.

Saygı ve Hoşgörü

Saygı, bireylerin düşüncelere, duygulara ve sınırlarına değer vermesini sağlayarak güven ve açıklık artırır. Hoşgörü ise farklı görüşlere anlayışla yaklaşmayı teşvik ederek sosyal ilişkileri zenginleştirir.



Akran Zorbalığı



Problem çözme becerileri:
Problem çözme becerilerin geliştirilmesi, bireylerin sosyal etkileşimlerinde ve günlük yaşamlarında karşılaştıkları zorlukları daha etkili bir şekilde yönetmelerine olanak tanır.



Takım çalışması

Birlikte çalışma, ortak hedefler doğrultusunda iş birliği yapmayı, sorumluluk paylaşımını ve güveni artırmayı sağlar. Bu süreçte her bireyin görev alması, hem özgüveni artırır hem de katkıyı teşvik eder.

Bir kişinin veya grubun diğer bir kişi ya da bir grup tarafından birden fazla olumsuz eyleme maruz kalması olarak tanımlanabilir.



Çocuğunuz Zorbalığa Maruz Kalıyorsa:

- Çocuğunuzun yargılamadan dinleyin; ne hissettiğini sorun ve duygularını paylaşmasını sağlayın.
- Zorbalığa uğramanın onun bir hatası olmadığını açık bir şekilde ifade edin.
- Çocuğunuzun kendini etkili bir şekilde ifade edebilmesine yönelik çalışmalar/etkinlikler/oyunlar planlayın.
- Yeni arkadaşlıklar kurması ve sağlıklı sosyal ilişkiler sürdürebilmesi için gerekli becerileri kazanmasını sağlayın.
- Çocuğunuzun özgüvenini yeniden kazanması için çaba gösterin, olumlu özelliklerini vurgulayın.
- Okul ile mutlaka temasa geçin. Gerektiği zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

Çocuğunuz Zorbalık Yapıyorsa:

- Çocuğunuzla zorbalık hakkında konuşun. Oyun oynamak/şakalaşmak ile zorbaca davranmak arasındaki farkı anlatın.
- Zorbalığa maruz kalan çocuğun nasıl hissedeceği hakkında konuşun.
- Çocuğunuza zorbalık davranışlarını onaylamadığınızı net bir şekilde belirtin.
- Kesinlikle fiziksel ceza vermeyin.
- Çocuğunuzun bu konudaki davranışını değiştirme çabasını görün ve olumlu davranışlarını ödüllendirin.



- Çocuğunuzun sosyal ve duygusal beceriler (paylaşma, yardım etme, duyguların ifade edilmesi) konusunda destekleyin.
- Herkesin farklı özellikleri olduğunu vurgulayın. Bu farklılıkları kabul edebilmesi için hikayeler okuyun, oyunlar oynayın. Basit senaryolar canlandırın.

