

ARKADAŞ İLİŞKİLERİ



Değerli Velilerimiz,

Her insan yaşamını sürdürmek ve gelişmek için başka insanlara ihtiyaç duyar. Bu ihtiyaçları karşılamak için, arkadaşlık ilişkileri, sosyal alandaki en önemli etkileşim alanıdır. Arkadaş edinme ve bu arkadaşlığı sürdürme becerileri çocuğun sadece sosyal gelişimi açısından değil, aynı zamanda psikolojik sağlığını koruma açısından da önemlidir. Arkadaşlık; aidiyet, kabul görme duygusu, olumlu öz-değer, benlik algısı ve özgüveninin gelişimine yardım eder.

Arkadaşlık ihtiyacı, bebeklik dönemine kadar uzanır. Çocuklar arkadaşlığa, sadece doyum sağlamak için değil, aynı zamanda deneyim kazanma amacıyla ihtiyaç duyarlar. Okul çağı çocuğu, kurduğu arkadaşlıklar sayesinde aile biriminin ötesinde ufkunu genişletir, dış dünyaya ilişkin deneyim kazanmaya başlar, benlik imajı oluşturur ve bir sosyal destek sistemi geliştirir. Bir akran grubuna uyum sağlamak ve yeterli sosyal becerilere sahip olmak, çocuğun yüksek benlik saygısına ulaşmasında oldukça önemli bir yer tutar. Arkadaşlık yoluyla çocuk; arkadaşının bir olaya öfkeyle tepki vermesine yol açan ve ardından bu olayı olumsuz sonuçlar doğuran bir biçimde nasıl yorumlayabildiğini düşünüp anlamaya başlar. Çocuğun olaylara başka birinin görüş açısından bakabilmesi; başka bir insanın tutum, duygu ve güdülenimlerine ilişkin anlayışına dayanarak kendi davranışlarını düzenleyip çevresine uyum sağlamasına fırsat verir. Bu bilişsel gelişimler; sosyal becerilerin ve etkili kişisel ilişkilerin temelini oluşturan iki yeterliliği, çocuğun duygudaşlık kapasitesini ve sosyal yargıda bulunma gücünü artır. Ayrıca arkadaşlar, sürekli kafalarını kurcalayan ve büyük önem taşıyan "Nasılım?" sorusunun cevaplandırılmasında kendilerini kıyaslayabilecekleri ve değerlendirebilecekleri çok önemli bir ölçüttür.

İlköğretimin ilk yılları ile birlikte arkadaşların sayısında artış gözlenmektedir. Arkadaş seçimi yaparken, arkadaşlarının kendi cinsiyetlerinden olmasına, benzer özellikleri ve ilgileri paylaşmasına dikkat ederler. Örneğin "Arkadaşım da benim gibi etek giymeyi seviyor", "Benim gibi o da oyuncaklarını paylaşıyor" vb. Çocuklar bu dönemde "somut" düşünürler. Bu nedenle de arkadaş seçimlerinde de somut,

gözlenebilir özellikler ön plana çıkar. Örneğin, "Bize yakın oturuyor", "Boya kalemlerini kullanmama izin veriyor" vb. Bu yaşlarda çocuklar, somut beklentilerine karşılık alabildikleri çocuklarla arkadaşlık kurma eğilimindedirler. Ayrıca, bu yaşlarda arkadaşlar arasında yaşanan sorunlar kısa sürede çözülür ve sanki sorunlar hiç yaşanmamış gibi çocuklar oyunlarına geri dönerler.

4. ve 5. sınıflarda arkadaş seçiminde, somut paylaşımlardan çok kişilik özellikleri ön plana çıkmaya başlar. Çocuklar arkadaşlık konusunda daha seçici olmaya başlar, kalıcı arkadaşlıklar kurmak isterler. Bunun en temel nedeni de çocukların bilişsel ve sosyal yönden gelişmesidir. Çocuklar, olaylara karşısındaki kişi açısından bakabilme ve onun duygularını anlayabilme gibi beceriler geliştirmeye başlarlar. Örneğin" Böyle davranırsam arkadaşım ne hisseder? Ne düşünür?" vb. düşünceler, davranışları yönlendirmeye başlar. Bu dönemde bireysel oyunlardan çok grup oyunları oynanır ve arkadaşsız oyunun pek önemi kalmaz. Bir gruba ait olma, çocuğa sadece arkadaş ve eğlence sağlamakla kalmaz, aynı zamanda ona gurur verir, benlik algısını olumlu yönde etkiler. Arkadaşlar bu dönemde de genellikle kendi cinsiyetlerinden seçilir.

Bazı çocuklar zamanlarının çoğunu kendi başlarına, aile üyeleriyle veya sadece tek bir "en iyi" arkadaşla geçirmek konusunda oldukça memnunken, diğerleri grup halinde, birçok arkadaşlıklar kurmayı yeğler. Ortalama bir okul çağı çocuğunun yaklaşık beş yakın arkadaşı vardır. Ancak, çocuğun tercihleri ve ihtiyaçları seneden seneye ve hatta aydan aya değişebilir. Çoğu durumda bir çocuk arkadaşlarının sayısını sınırlandırmaya karar verdiğinde üzgün ve okul arkadaşları tarafından dışlanmış gözükmedikçe, kaygılanmaya gerek yoktur.

Anne ve babaları, arkadaş ilişkilerinde en çok etkileyen faktör, olumsuz arkadaş modelleriyle, kaba davranışlar ve kelimelerdir. Anne ve babalar, çocuğun öğrendiği argo kelimeleri ya da uygunsuz davranışları bir daha unutmayacağından endişe duyarlar. Oysa örneğin; bir küfrü ağzına dolayan çocuğa, sürekli uyarıda bulunmak, onun vazgeçmesinde etkili olmaz. Söylediği kelimenin anlamı açıklandığında, ya da duymazlıktan gelindiğinde, o kelime unutulur ve bir daha duyulmaz. İşte bu sebeple, "kötü örnek" bahanesiyle çocuğu arkadaş ilişkilerinden men etmek, onun sosyal gelişimi açısından son derece zararlıdır. Çocuğunuzun; (davranışları üzerinde zararlı bir etkisi olacağını düşündüğünüzden ve çocuğun ailesini pek sevmediğinizden) hoşlanmadığınız bir çocukla arkadaşlık etmeye başladığını öğrenebilirsiniz. Bu konuda çabuk tepki göstererek gereksiz yere gerginlik yaratmayın. Ne yapacağınıza karar verirken acele etmeyin. Çocuğunuzun sınıftaki başka bir çocukla oyun oynamasını kesinlikle yasaklamayın; çünkü böyle bir yaklaşım, ulaşmak istediğinizin tam tersi bir sonuç doğurabilir. Çocuğunuza karşı dürüst olun, bu çocukla oyun oynamasını yeğlemenizin nedenini ona açıklayın. Arkadaşlarıyla ilgili yanlış ve zararlı olduğuna inandığımız bir şeyi sürekli yinelemekten kaçının, yoksa çocuğunuz değerlendirmenizde tümüyle yanlış davrandığınızı, haksızlık ettiğinizi düşünecektir. Çocuğunuzun bir arkadaşlıktan vazgeçirmeye çalışırken daha yararlı olabilecek bir yaklaşım ise, başka bir arkadaşlık kurmaya özendirme. Ancak sonuç olarak yine de, kiminle arkadaşlık edeceğine çocuğunuz kendi karar verecektir; ama belli arkadaşlıkların gelişmesini sağlamaya yönelik kararlı çabalarınız bir süre sonra istediğiniz sonuçları doğurabilir.

Çocuğunuz arkadaşsız kalmışsa ve bundan dolayı acı çekiyorsa, olabildiğince çabuk müdahalede bulunmalısınız.

Kendilerini akranlarına kabul ettirmek, çocuklar için en tatmin edici deneyimlerden birisidir. Tersine, akranlar tarafından reddedilmek veya alaya alınmak çocuğun benlik değeri ve güven duygusu üzerinde büyük bir darbe olabilir. Çocuğunuza bu yalnızlığının üstesinden gelebilmesi konusunda yardım

edebilmemiz için ilk adım, sizin ve çocuğunuzun bir problemin varolduğunu kabul etmesidir. *Çocuğa yardım ederken, gerçekçi seviyede beklentiler oluşturun;* çabaları ve küçük gelişmeleri bile çok fazla övgü ve ödülle destekleyin. Çocuğun bu çabalarının en büyük ödülü kurduğu arkadaşlıklar olacaktır. İkinci adım olarak, kaygılarınızı çocuğunuzla konuşmak için sessiz bir yer bulun. Kendisini endişelendiren konuları dile getirmesine fırsat tanıyabilecek bazı genel, açık uçlu sorular sorun.

Yetersiz sosyal becerileri sizi veya diğer aile üyelerini rahatsız etse de, onu utandırmamak ve daha da endişeli hale getirmemek önemlidir. “Hiçbir zaman arkadaşın olmayacak.”, “Kimsenin senden hoşlanmamasına şaşırma.” “Bir aptal gibi davranıyorsun.” gibi ifadelerden kaçının. Çünkü “duygusal istismar” adını verdiğimiz bu tür bir yaklaşım en az bedensel ceza kadar yıkıcı etki yapar. Benlik değerini örseler. Kendisini değersiz hissetmesine neden olur.

Öneriler; Çocuğunuza davranışlarının sonuçlarına göre düşünmeyi öğretin, evde açık iletişim sürdürün, çocuğunuzun akranlarıyla yaşadığı sosyal problemleri küçümsemekten kaçının, empati ve sorumluluk arasında bir denge kurun, bazı anahtar sorular sorun, çocuğunuzun gözlemleyin, okuldan bilgi alın, çocuğunuzun ilgi ve yeteneklerini saptayın, sosyal faaliyetleri dikkatli seçin, bir plan başlatın, çocuğunuzun yönlendirin ve gerekirse bir uzmandan yardım alın.

Çocuğun arkadaş olma ve arkadaşlığını sürdürme becerisinin benlik değeri ve başarısıyla yakından ilişkili olduğunu unutmayın ve bu nedenle bu konuda yaşanan sorunların bir an önce çözüme kavuşturulabilmesi için gerekli hassasiyeti gösterin.

“Çocuğunuzla Arkadaş Olmayın, Etkili Anne Baba Olun. Çocuğunuzun Hayatı Boyunca Pek Çok Arkadaşı Olacak, Bırakın Bir Tane Anne ve Babası Olsun..”

Prof.Dr. Üstün Dökmen

Uzm.Psikolog Didem EVRE

Üstün Dökmen Yaşam Boyu Gelişim ve Eğitim Akademisi

Rehberlik Hizmetleri Koordinatörü

Psk.Dan. Teyfik Sertaç ÇELİKÇEKEN

Özel Didim Yönder Okulları

Değişim Uzmanı