

ŞUBAT'26

PEMA KOLEJİ 2025-2026 EĞİTİM VE ÖĞRETİM YILI REHBERLİK BÜLTENİ



BÜLTEN

ÇOCUĞUM ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİNDE ZORLANIYOR



Bizi takip edin

Instagram Facebook Twitter YouTube pemakoleji

Her anne babanın en çok arzuladığı şeylerden biri, çocuğunun mutlu ve huzurlu bir sosyal çevreye sahip olmasıdır. Çocuklar için arkadaşlık, yalnızca oyun oynamak ya da vakit geçirmek değil; kimlik gelişiminin, özgüvenin ve duygusal dayanıklılığın temel taşlarından biridir. Ancak bazı çocuklar için arkadaşlık ilişkileri, beklenildiği kadar kolay kurulmaz. **"Çocuğum neden arkadaş bulamıyor?"**, **"Neden akranlarıyla çatışma yaşıyor?"** gibi sorular, pek çok ebeveynin aklını kurcalar. Arkadaşlık ilişkilerinde yaşanan zorluklar yalnızca sosyal değil, aynı zamanda duygusal ve bilişsel gelişimi de etkiler. **Bu yazıda, çocukların farklı yaş dönemlerinde hangi sosyal zorluklarla karşılaşabileceğini, kuramsal temeller ışığında inceleyecek ve hem öğrencilere hem de velilere yol gösterecek öneriler sunacağız.**



KURAMSAL TEMELLER

Gelişim psikolojisi kuramları, çocukların arkadaşlık kurma süreçlerini anlamak için güçlü bir çerçeve sunar.

Erikson'un Psikososyal Gelişim Kuramı: Erikson, çocukların yaşam boyunca belirli psikososyal krizlerle karşılaştığını ve bu krizlerin çözülmesinin sağlıklı kişilik gelişimi için kritik olduğunu savunur. Örneğin, okul çağı (6–12 yaş) "çalışkanlık vs. aşağılık duygusu" evresidir. Bu dönemde çocuklar, akranlarıyla başarı ve beceri kıyaslamasına girer; arkadaş ilişkilerindeki başarısızlık, aşağılık duygusu geliştirebilir.

Piaget'nin Bilişsel Gelişim Kuramı: Piaget, çocukların düşünce yapısının yaşa göre değiştiğini ve arkadaşlık ilişkilerinin bu bilişsel gelişimle paralel olduğunu belirtir. Okul öncesi dönemde oyunlar

daha çok kuralsız ve benmerkezci iken, ilkökul döneminde çocuklar kurallı oyunlar oynar ve iş birliği yapmayı öğrenir. Arkadaşlık ilişkilerindeki anlaşmazlıklar, çocukların problem çözme ve empati becerilerini geliştirmesi için fırsatlar sunar.

Vygotsky'nin Sosyokültürel Kuramı: Vygotsky'ye göre, öğrenme sosyal bir süreçtir ve arkadaşlar çocuğun gelişiminde kritik rol oynar. "Yakınsak gelişim alanı" kavramı, çocuğun kendi başına yapamayacağı görevleri arkadaşlarıyla birlikte başarabileceğini gösterir. Bu süreç, hem akademik hem de sosyal becerilerin gelişmesini destekler.

Bu kuramsal temeller, çocukların arkadaşlık ilişkilerinde yaşadığı güçlüklerin sadece sosyal değil, bilişsel ve duygusal gelişimi de etkileyen önemli bir süreç olduğunu gösterir.

YAŞ GRUPLARINA GÖRE ARKADAŞLIK ZORLUKLARI

Okul Öncesi (3–6 yaş):

Bu dönemde çocuklar, arkadaşlarıyla oyun oynayarak sosyal beceriler kazanır. Ancak paylaşma güçlükleri, kıskançlık ve benmerkezcilik, sık rastlanan sorunlardır. Örneğin, bir çocuk oyuncağını paylaşmak istemediğinde kavga çıkabilir veya yalnız kalabilir. Anne babalar, çocuklarını zorlamadan paylaşmayı öğrenmeleri için oyun ortamları yaratmalı ve model olmalıdır.

İlkokul Dönemi (6–10 yaş):

Çocuklar artık kurallı oyunlar oynar ve grup aidiyeti önem kazanır. Bu dönemde dışlanma, kıyaslanma, rekabet ve arkadaş grubu baskısı öne çıkar. Örneğin, derslerde iyi olan bir çocuk, diğer arkadaşları tarafından kıskanılabilir veya bazı çocuklar, ilgi alanları farklı olduğu için gruptan uzaklaşabilir. Bu dönemde öğretmenlerin farkındalığı ve velilerin destekleyici tutumu çok önemlidir.

Ergenlik Öncesi ve Ergenlik (11–18 yaş):

Ergenlik, arkadaşlığın en kritik dönemi olarak kabul edilir. Arkadaş grubu, ergenin kimlik gelişiminde merkezi bir rol oynar. Sosyal medya etkisi, popülerlik kaygısı, duygusal ilişkiler ve akran baskısı gibi faktörler öne çıkar. Dışlanma, zorbalık, yanlış arkadaş seçimi veya yalnızlık bu dönemde sık görülür. Örnek olarak, sosyal medyada paylaşımlar yüzünden yaşanan küçük anlaşmazlıklar, okul ortamında büyük duygusal kırılmalara yol açabilir.

ÖĞRENCİLERE ÖNERİLER

1 Kendini Tanı: Arkadaşlık kurarken önce kendi ilgi alanlarını ve güçlü yönlerini bilmek önemlidir.

2 Empati Kur: Karşındakinin hislerini anlamaya çalışmak ilişkileri güçlendirir.

3 İletişim Becerilerini Geliştir: Açık ve saygılı iletişim, yanlış anlamaları önler.

4 Çatışma Yönetimi: Küçük anlaşmazlıkları büyütmeden çözmeyi öğrenmek, kalıcı dostlukların anahtarıdır.

5 Cesur Ol: Utangaçlık veya çekingenlik, adım atmayı zorlaştırır. Küçük girişimler bile arkadaşlık kapısını aralayabilir.

6 Farklı Ortamlara Katıl: Kulüpler, spor, sanat veya sosyal etkinlikler, arkadaşlık ağını genişletir.



VELİLERE ÖNERİLER

1 Model Olun: Çocuğunuz, sizin sosyal ilişkilerinizi gözlemleyerek öğrenir. Saygılı, paylaşımcı ve empatik davranışlarınızı görmesi önemlidir.

2 Zorlamayın: Çocuğunuzu "hadi arkadaş edin" diyerek baskılamak yerine, doğal ortamda sosyal fırsatlar yaratın.

3 Duygularını Dinleyin: Arkadaşlıkla ilgili üzüntülerini küçümsemeyin; empatiyle dinlemek çocuğın kendini değerli hissetmesini sağlar.

4 Okulla İş Birliği Yapın: Öğretmenlerden çocuğın sınıf içi ilişkileri hakkında bilgi almak, sosyal beceri gelişimi için destekleyici olabilir.

5 Güven Ortamı Yaratın: Çocuğunuzun evde kendini güvende ve kabul edilmiş hissetmesi, dış dünyadaki ilişkilerinde daha cesur olmasını sağlar.

6 Sosyal Becerileri Destekleyin: Rol oyunları, hikaye anlatma, grup etkinlikleri gibi yöntemlerle sosyal becerileri geliştirebilirsiniz.



ÖĞRETMENLERE ÖNERİLER

1 Farkındalık: Çocuğın sosyal becerilerini ve grup içindeki yerini gözlemleyin.

2 Pozitif Pekiştirme: Çocuğın olumlu sosyal davranışlarını övgü ile pekiştirin.

3 Arabuluculuk: Küçük anlaşmazlıklarda adil ve yapıcı bir arabulucu rolü üstlenin.

4 Sosyal Etkinlikler: Grup oyunları, drama ve iş birliği gerektiren aktivitelerle arkadaşlık bağlarını güçlendirin.

Arkadaşlık, çocuğın gelişim yolculuğunda en önemli duraklardan biridir. Zaman zaman zorlayıcı olsa da her yaş döneminin kendine özgü sosyal öğrenme fırsatları vardır. Çocuk, akranlarıyla yaşadığı zorluklardan paylaşmayı, sabretmeyi, anlaşmayı ve bazen de vazgeçmeyi öğrenir. Ebeveyn ve öğretmenler olarak bizlerin görevi, bu süreci doğru gözlemlemek, desteklemek ve gerektiğinde yol gösterici olmaktır.

Unutulmamalıdır ki, güçlü arkadaşlık bağları yalnızca çocukluk yıllarını değil, bireyin tüm yaşamını daha mutlu ve sağlıklı kılar. Arkadaşlık, bir çocuğın dünyayı anlaması, kendini keşfetmesi ve sosyal becerilerini geliştirmesi için vazgeçilmez bir öğrenme alanıdır. Çocuğunuzun bu yolculukta yanında olmak, ona hem güven hem de sevgi dolu bir destek sunar.