



BALKANLAR KOLEJİ

OCAK AYI REHBERLİK BÜLTENİ



**PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK VE
REHBERLİK BİRİMİ**

AKRAN İLİŞKİLERİ

Akran ilişkileri, yetişkin-çocuk ilişkisinden farklı olarak kendine özgü özellikleri olan ve çocuğun sosyal gelişimi açısından büyük önem taşıyan ve yetişkinlerle olan ilişkilerinde sahip olamayacağı türde farklı rolleri içeren ilişkiye sahiptir. Çocukların akran ilişkisini tam anlamıyla ilk kurdukları yer eğitim kurumlarıdır. Dolayısıyla eğitim kurumları akran ilişkileri açısından önem taşımaktadır. Yaşamın ilk yıllarındaki akran ilişkileri, sonraki yıllardaki davranış sorunları, yalnızlık, akademik başarı, okula uyum ile ilişkilidir. Okula uyum ve akran ilişkileri, karşılıklı etkileşim halindedir. Özellikle okul öncesi dönem, okula uyumun ve akran ilişkilerinin ilk örneklerinin yaşandığı süreçtir. Akranlar, sağladıkları destek, bakım, güven ve arkadaşlıkla çocukların özgüvenlerini arttırmaktadır.



Olumlu akran ilişkileri, grup içindeki aidiyet duygusunu geliştirir. Okula uyum sağlayan çocukların sosyal etkileşimlerinin daha iyi olduğu, sosyal becerileri sıklıkla kullandıkları ve akranları tarafından sevildikleri ve kabul edildikleri görülmektedir. Akran kabulü, başarılı okul uyumu için temel bir unsurdur. Akran ilişkilerinin farklı boyutları (saldırganlık, şiddete maruz kalma, seilmeme v.b.) çocukların uyum düzeylerini azaltabilmektedir. Okula başladığında olumsuz akran ilişkileri geliştiren, sosyal becerilerden yoksun olan çocukların, çocukluk ve hatta ergenlik boyunca akran reddi, iletişim problemleri ve akademik başarısızlık yaşayabildikleri belirlenmiştir. Aynı şekilde okula uyum süreci de olumlu akran ilişkilerinin kurulmasını ve akran kabulünü pekiştirir. Akran grubunda yakın arkadaşların az sayıda olması, akran şiddetine maruz kalma, akranlar tarafından dışlanma ve/veya reddedilme, okula uyum sürecinde olumsuz yönde ilişkili bulunmuştur.

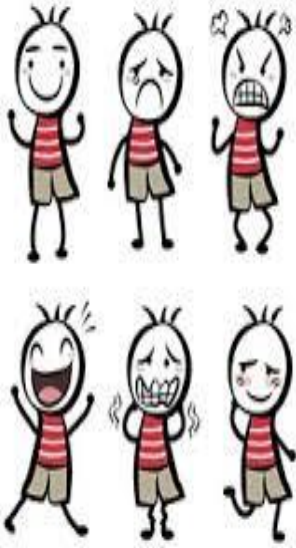
Ergenlikte Akran İlişkileri

Akran ilişkileri yaşamın her döneminde önemini sürdürmekle birlikte bireylerin arkadaşlık ilişkilerine yükledikleri anlamlar yaşla birlikte değişmektedir. Çocukluk döneminde sosyal etkileşim, birlikte vakit geçime ve oyun arkadaşlığı gibi daha somut aktiviteler ile ifade edilirken, ergenlik döneminde daha çok ortak ilgi alanlarında sosyalleşmek ve sırlarını paylaşma şeklindedir. Genç yetişkinlikte arkadaşlık ilişkileri, iş yaşamı ve ebeveynliğin dâhil olduğu daha da karmaşık etkileşimlere dönüşür. İleri yetişkinlikle beraber arkadaşlık iş yaşamından ayrılır ve arkadaşlığın odağı daha çok birbirine destek olma şeklindedir.



Birçok biyolojik, bilişsel ve psikososyal değişikliklerle karşı karşıya kalınan ergenlik çok önemli ve kritik bir dönemdir. Bu dönemde bireylerden yeni yaşantılara ayak uydurması ve kendi kimliğini oluşturması beklenmektedir. Ergen bir yandan “Ben kimim?” sorusunu başarılı bir şekilde yanıtlayarak bir kimlik duygusu geliştirmeye çalışırken bir yandan da toplumun değer yargılarını öğrenip bu değer yargılarıyla çatışmadan yaşamayı öğrenmek durumundadır. Birey bir anlamda ergenlik yılları boyunca bir ailenin üyesi olmaktan çıkıp tüm bir toplumun üyesi olmaya başlamaktadır.

Tüm bu zorlu süreçte toplumda istenilen bir yere sahip olma ve diğer insanlarla dengeli bir iletişim kurma, toplumsal değer yargılarına ayak uydurma sürecinde akran ilişkileri diğer dönemlere göre çok daha fazla önem kazanmaya başlar. Akran ilişkileri, ergenin bu dönemde karşılaştığı sorunların üstesinden gelmesinde ve yetişkin yaşamına hazırlanmasında önemli bir rol oynamaktadır. Her şeyden önce, akran grupları ergene rol model olarak, ona geribildirim vererek ve kendini diğerleriyle karşılaştırabileceği uygun bir ortam sağlayarak ergenin psikososyal gelişiminde oldukça etkili ve önemli bir rol oynamaktadır. Bunun yanında akran grupları bağlılık ve ait olma duygusu sağlayarak ergenin kendine güveni ve benlik saygısı gelişimi üzerinde etkili olmakta ve stres yaratan olayların etkisini azaltan sosyal bir destek sağlamaktadır. Ergenlik dönemindeki akran ilişkilerinde yaşanan bir diğer değişiklik ise arkadaşlıktan beklentilerdir.



Çocukluk döneminde; birey, diğer insanların önemini farkında değilken ergenler diğer insanlarla ortak bir anlayış, kabul, bağlanma ve güven ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik ilişkiler kurmaya başlarlar. Ergen için büyük önem taşıyan akran gruplarının etkileri olumlu olabildiği gibi olumsuz da olabilmektedir. Ergenler için akranları tarafından kabul edilme, beğenilme ve onlara uyum sağlama oldukça büyük önem taşır. Bu nedenle bazen yalnızca arkadaşlarına uyum sağlamak amacıyla istenmeyen davranışlar sergilemektedirler. Ergenlikte yoğunlaşan ait olma, onaylanma ve bağlanma gibi sosyal ihtiyaçlar ergenin tamamen akran grubunun etkisi altına girmesine neden olabilir. Bu durum ise ergenin akran baskısına maruz kalma ihtimalini artırmaktadır.



Akran Şiddeti (Zorbalık) Akran şiddeti (zorbalık), gruplarının birbirlerini olumsuz yönde etkileyerek, birbirlerine karşı sözel, fiziksel veya sosyal saldırganlık içine girecek şekilde (isim takma, tehdit etme, usandırma, vurma vb.) farklı zaman dilimleri içinde tekrarlı olarak kaba güç kullanılmasıdır. Akran zorbalığı çocukların psikososyal gelişimlerini etkileyen ciddi bir problemdir. Zorbalık sistemi içerisinde temelde iki grup yer almaktadır. Bunlardan birincisi “zorba” olarak adlandırılan ve saldırgan davranışta bulunan kişiler, ikincisi ise “kurban” olarak adlandırılan ve zorbalığa maruz kalan kişilerdir. Akran şiddetine maruz kalma (kurban olma), bir öğrencinin bir ya da daha fazla öğrenci tarafından tekrarlı ve uzun süre olumsuz eylemlere maruz bırakılmasıdır. Bu olumsuz eylemler ya da davranışlar; fiziksel temas, yüzünü değişik şekillere sokarak dalga geçme, kötü jestler ve kelimeler kullanma, kasıtlı olarak grup dışında bırakma, dışlama ve benzeri şekillerde olabilir.

Akran Şiddetine Karşı Öneriler

Çocuğu zorbalık gerçekleştiren ailelerde öncelikle çocuğun dikkatle dinlenmesi gerekmektedir. Ailelerin çocuklarına daha çok zaman ayırması, zorbalık davranışlarına karşı dikkatli olması ve belli aralıklarla çocuğun arkadaş ilişkileri hakkında sorular sorması zorbalığı gerçekleştirmesini veya ona maruz kalmasını önlemede yardımcı olmaktadır. Zorbalığın nerede ve nasıl gerçekleştiği bu yaklaşımla öğrenilebilmektedir. Çocuk dinlendikten sonra nasıl yardım edebileceği üzerine düşünölmelidir. Okul ile iş birliğı yapılarak ortak çözüm yolları belirlemeye çalışılması, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümünden yardım alınması ve eğer gerekirse okul dışı uzmanlardan da destek alınması önerilebilir. Zorbalığı gerçekleştiren ve ona maruz kalan öğrenci ailelerinin, çocukları ile empati kurması ve durumu tartışmak yerine onların duygularını ve hissettiklerini anlamaya çalışması faydalı olacaktır.

