

ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİNİ YÖNETMEK



İÇERİK

Arkadaşlık nedir?

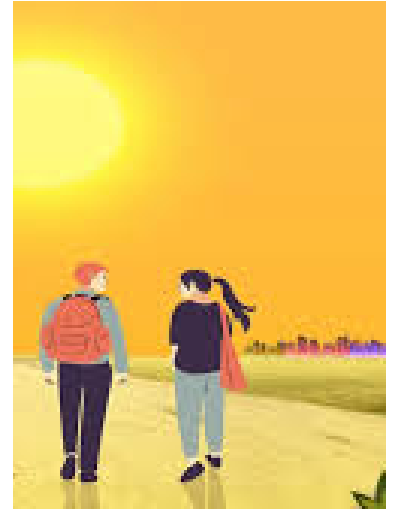
Sosyal beceri geliştirme

Sosyal kaygıyı yönetmek

Öneriler

Arkadaşlık; birini yakından tanımak, birine karşı dostluk, anlayış ,sevgi göstermektir. Mutlu, hüzünlü anları paylaşmak, kabul görmektir. Yaşamın ilk yıllarından itibaren arkadaş olmak önemli bir kavramdır. Okul ortamında arkadaş edinmek akademik başarı kadar önemlidir. Bireyin öz-saygılarının artmasına, empati ve problem çözme becerilerinin gelişmesine, sosyal hayata uyum sağlamalarına yardımcı olur. Arkadaşlık ilişkileri yaş dönemlerine göre de farklılık göstermektedir. Okul öncesi çağda kız ve erkekler birlikte oynarlar. Toplu oyunlarda istedikleri rolleri alamayınca küserler.

Daha sonra yaşları büyüdükçe hemcinsleriyle ortak hobileri doğrultusunda oyun oynamaya başlarlar. Bu gruplaşma ilkokulda daha da belirginleşmeye başlar.11 yaş itibarı ile bu gruplaşmanın yerini karışık oyunlar oynama farklı cinse yakınlaşma alır. Ergenlikte ise arkadaşlık ilişkisi çok büyük bir öneme sahiptir. Grup arkadaşlıkları anne-baba ile geçirilen vakitten daha önemli bir yere sahip olur. Akran gruplarında 'ait olma ihtiyacı' ergen için en kıymetli şeydir. Giyim kuşam, davranış, düşünce ortak olmalıdır ve diğer gruplarla çekişme hakimdir.Bu gelişim dönemlerinin dışında bazı çocuklar arkadaş ilişkileri kurmakta ve bunları sürdürmekte zorlanabilirler. Ebeveynler çocukları için arkadaş edinemeseler de temel becerilerini geliştirmeleri için destek olabilirler.





1) SOSYAL BECERİLERİ GELİŞTİRMEK

Yaşa, yetiştirilmeye bağlı olarak değişen sosyal gelişim her çocukta aynı düzeyde olmayabilir. İlk yıllardan itibaren çocuğunuzun arkadaşlık ilişkilerini gözlemleyebilir, oyunlarına katılabilir, rol model olarak yaşadığı zorlukları çözmesine destek olabilirsiniz. Günlük hayatta zorlandığı durumları flash kartlara yazıp canlandırmalar yapabilirsiniz. 'Sen olsan ne yapardın?', 'Karşıdaki kişi sence bu durumda ne hisseder?' gibi sorular üzerinden konuşabilirsiniz. Sosyal beceriyi geliştirmek için en önemli şey çocuğun sosyal ortamlarda bulunması, gözlem yapması ve yaşadığı çatışmaları çözmeye çalışmasıdır.

2) SOSYAL KAYGIYI YÖNETMEK

Her çocuğun mizacı farklıdır. Kimisi doğar doğmaz sosyal anlamda güçlüdür. Kimisinin ise sosyal desteğe ihtiyacı vardır. Sosyal olmak için tereddütlü ise endişelenmemek gerekir. Böyle durumlarda çocuğu zorlamamak aksine yanında olduğunuzu hissettirerek aktiviteye beraber katılabileceğinizi ya da tanıdık bir arkadaşının desteği ile girebileceğini belirtebilirsiniz. Yapacağınız aktivite önceden belli ise evde provasını yapabilirsiniz.



3) AİLELERE ÖNERİLER

- Etkin dinleme ve konuşma becerilerini öğretmek çok önemlidir.
- Diğer canlılarla empati kurmayı öğretmek önemli. Evcil hayvanlarla birlikte büyüyen, sokak hayvanlarına olan farkındalığı yüksek olan bireyler hayatta yaşanan problemlere daha olumlu yaklaşırlar.
- Çocuğunuzun yaşadığı probleme hemen dahil olarak çözmeyin. Kendi çözümünü bulması için cesaretlendirin.
- İçine kapanık çocuklar sosyal medya arkadaşlığında kendilerini daha rahat hissettikleri için tehlikeli kişilerle karşılaşma olasılığına karşı ebeveyn olarak kontrollü olmalısınız.
- Çok eleştirel bir tutumda davranmamak önemli.
- Kişisel sınırlar ve 'hayır' diyebilmeji öğretmek aile içerisinde bu duruma uygun davranmak kıymetlidir.