

# Bülten

## Arkadaşlık



*“Arkamdan yürüme; önderlik etmeyebilirim, önümde yürüme; takip etmeyebilirim. Sadece yanımda yürü ve arkadaşım ol.”*

*-Albert Camus*



### Değerli Velilerimiz ve Sevgili Öğrencilerimiz,

Bu ay, okulumuzun önem verdiği değerler arasında yer alan “Arkadaşlık” değerini okulumuzun açıldığı ilk ayda ele alıyoruz. Amacımız öğrencilerimizin olumlu arkadaşlık ilişkilerini geliştirebilmelerine, birbirlerinin duygularını anlayabilmelerine, yaşadıkları çatışmalarda uygun çözüm yolu üretebilmelerine yardımcı olmaktır. Bizler çalışmalarımızı bu çerçevede düzenlerken, arkadaşlık kavramını, gelişimsel dönemlere göre arkadaşlık algısını ve aile tutumlarının önemini bu ayın bülteni aracılığı ile sizlere de iletmek istedik.

Keyifle okumanız dileğiyle...

## ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ

İnsan, sosyal bir varlıktır. Sosyal etkileşim, insan yaşamının vazgeçilmez bir parçasıdır. Yaşamını ilişkiler ağı içinde sürdüren insanın uyumunda ve mutlu olmasında sağlıklı sosyal etkileşimin büyük payı vardır.

Çocuğun sosyal davranışı etkileşimde olduğu iki önemli grubun; ailenin ve akranların tepkileri bağlamında ele alınmalıdır. Çocuklar ilk ilişkilerini kurdukları yetişkinlere bağımlı ve onlara göre daha güçsüzdür. Yani çocuk yetişkin ilişkisi bir çeşit eşitsizliğe dayanır. İlerleyen yaşlarda ise çocukların akranlarıyla olan ilişkileri giderek önem kazanır. Çocuklar neyin kabul neyin reddedileceğini akranlarının kendilerine verdiği tepkilerden öğrenirler.

Arkadaş ilişkileri çocukların gelişiminde büyük rol oynar. Gelişim sürecinde akranlarıyla yaşadığı yoğun ilişkiler çocuğa, yeterli sosyal uyum gösterebilmesi ve gerekli sosyal becerileri kazanması için birçok fırsat sağlar. Çocuğun arkadaşlık ilişkileri aynı zamanda onun ruhsal olgunluğunun en iyi ölçütüdür.

Arkadaşlık ilişkileri, yaş dönemi özelliklerine göre farklılıklar gösteren, bir gelişim alanıdır.

## AKRAN İLİŞKİLERİNİN YAŞ DÖNEMLERİNE GÖRE GELİŞİMİ

Çocukların sosyal davranışları geliştikçe akranlar ile çeşitli ortamlarda bulunma istekleri artar.

Akran ilişkileri yaşamın ilk yılında başlar, ancak bebekler 6 aydan önce, birbirlerinin farkında olduklarını gösteren davranışlarda bulunmazlar.

Birbirlerine dokunarak ve bakarak, birbirlerinin saçlarını çekerek ve hareketlerini tekrar ederek ilişkiyi başlatmaları 6. aydan sonra görülür. Çocuklar 9. ve 13. aylar arasında, öncelikli olarak oyuncaklara tepki verirler, ancak buldukları ortamda tek bir oyuncak olması, oyuncuğa ulaşmada birbirlerini engel olarak algılamalarına neden olabilir. Diğer bir çocuğun varlığı, oyuncak için

*“Unutmayın ki, Çocukların sosyal davranışları geliştikçe akranlar ile çeşitli ortamlarda bulunma istekleri artar.”*

kavga etme, gergin bir şekilde izleme, vurma, ısırma gibi saldırgan davranışlara yol açabilir. Bununla birlikte rekabetin olmadığı durumlarda, bu yaş çocukları işbirliği içeren davranışlar da sergileyebilir. Eğer ortamda

rekabet yoksa çocuklar 14. ve 18. aylar arasında birbirlerine dostça bir tutumla yaklaşır. Eşyalar ya da oyuncaklar için yapılan kavganın yerini genellikle farklı oyuncaklarla yan yana oynama ve bazen de işbirliği alır.

Çocukların etkileşimlerinde 2 ve 4 yaşları arasında artış olur.

Herhangi bir yetişkinin yakın müdahalesi ya da gözlemi olmadan, çocuklar birbirleriyle daha uzun süreli oyun oynamaya ve bir dizi sosyal beceri geliştirmeye başlarlar. Çocuğun oyun ortamındaki sosyal davranışı, çevreye uyum ve ilişki kurabilme becerisi ile ilgilidir. Kızlar için genellikle 10-14, erkekler içinse 12-16 yaşları arasında gelişen ön-ergenlik döneminde hızla bir bedensel değişim ve bilişsel olgunlaşma izlenir. Akran grubu daha yapılandırılmış hale gelir.

Ergenlik öncesinde akran gruplarının işlevi değişim gösterir. İlkokul yaşındaki akran grupları, oyun içinde doğal yaşamı öğrenmeyi destekleyen ideal bir ortam sağlar. Örneğin, ortaokuldan liseye geçmekte olan ergenlik öncesi çocukların akran gruplarının bir işlevi, ailenin sunduğu koruyucu ortamdan yetişkinliğin bağımsız yaşamına geçiş sürecinde çocuğa yardımcı olmaktadır.

Ergenlik döneminde, arkadaşlar gencin yaşamında büyük bir rol oynamaya başlar. Bu dönemde genç, daha az 'aile merkezli' buna karşılık daha çok 'arkadaş' merkezlidir. Bu dönemde çocuğunuz, arkadaşlarıyla sizinle geçirdiği zamanın ortalama iki katını geçirir.

## ERGENLİK DÖNEMİNDE ARKADAŞLIK, KIZ-ERKEK VE AKRAN İLİŞKİLERİ

Arkadaşlık ilişkilerinin gelişiminde çocukluk dönemi yaşantıları büyük bir önem taşımaktadır. Arkadaşlık kurmak, ne kadar erken başlarsa, o denli kolay gelişen bir beceridir.

Çocukluk döneminde, yeterli deneyimi olmamış bir ergenin, sağlıklı arkadaşlık ilişkileri geliştirmesi zor olacaktır. En sağlıklı ailenin bile, çocuğa veremeyeceği tek şey, arkadaşlıktır. Ergenlik dönemi ile birlikte, anne-babadan duygusal bir uzaklaşma ve giderek akran gruplarıyla daha çok zaman geçirme eğilimi belirir. Her çocukta değişmekle birlikte, ortalama 12 yaşından sonra, çocukların akran ilişkileri güçlenir, ebeveynlere bağımlılıkları azalır ve grup arkadaşları, anne-babanın yerini almaya başlar. Büyümeyle birlikte, toplumsallaşma ve bu gruplardaki yoğun akran etkileşimi sonucu, çocuklar var olan kültürel değerleri sorgular, yeni değerler geliştirir ve çoğu kez kendilerine ait bir alt kültür oluştururlar. Ergen davranışları üzerinde, "grup baskısının" etkisi büyüktür ve kişiye bir kimlik (ait olma duygusu) sağlar.

Giyimleri, davranış ve düşünceleriyle yetişkinlerden farklılaşmaya çabalarlar, kendi aralarında yeni özdeşimler kurarlar.



Akran grupları bir yandan güvenlik ve ait olma duygusu verirken, öte yandan hem kendi aralarında, hem de diğer grup veya yetişkinlerle yarışma ortamı yaratır.

Ergenlik döneminde arkadaşlıklar farklı bir anlam taşır ve ergenler, gerek çocuklardan, gerek yetişkinlerden daha kolay arkadaş edinirler. Yaşamın hiçbir döneminde ergenlik dönemindeki kadar yakın arkadaşlıklar kurulmaz ve gençler birbirlerinin özel duygularını, diğer dönemlere göre daha yoğun bir biçimde paylaşırlar. Ergenlik döneminin başında arkadaş grupları bir iki kişiden oluşurken ve daha çok sırdaş arkadaş niteliği taşırken, daha sonraları arkadaş sayısında artış olmaktadır. Sayının artması yanında, grubun yapısal niteliğinde de değişiklikler görülmeye başlar.

Ergenlik döneminde, erkeklerde en yaygın sıkıntı, bir kıza nasıl yaklaşılacağını, nasıl konuşulup arkadaşlık kurulacağını bilememektir. Kızlar da erkeklere ilgi duyarlar, ama ilgilerini farklı düzeylerde açığa vurabilirler. Bu durum bir ergen için, karşı cins tarafından nasıl görüldüğü, nasıl tanımlandığı konusunda deneyim kazandığı bir süreçtir.

Arkadaşlık ilişkilerinde cinsiyet farkını araştıran araştırmalar, ergenlik döneminde kızlar için ilişkilerde sıcaklık ve empati gibi duyguların oldukça önemli olduğunu, erkekler için girişkenlik ve başarının ön plana çıktığını göstermektedir.



Araştırmalarda, kızların arkadaşlarının sadık olmasını daha çok önemsedikleri ve reddedilme kaygısını daha fazla yaşadıklarını göstermektedir.

### Sosyal ortamlarda arkadaşları tarafından kabul edilen ve akran ilişkileri kuvvetli ergenlerin;

- Yüksek özsaygı ve olumlu benlik imajı geliştirdikleri,
- Sosyal yetkinlik ve gelişmiş liderlik becerileri sergiledikleri,
- Kişiliklerinin desteklendikleri,
- Akademik başarı düzeylerinin olumlu yönde etkilendiği görülmektedir.

### Ergenlik Döneminde Gençler İçin Arkadaşlık İlişkileri Neden Önem Kazanır?

Öncelikle, son çocukluk dönemini geride bırakan ergenlerde birçok biyolojik ve fiziksel değişim kendini gösterir. Bu değişimler başlangıçta birçok ergen için sıkıntı vericidir ve bu değişimlere uyum sağlama sürecinde, ergenler birbirlerinden destek ve yardım alırlar.

Arkadaşlık ilişkilerinin önem kazanmasındaki bir diğer neden, ergenlerin yaşadığı sosyal değişimle birlikte artan ayakları üzerinde durabilme ve bağımsızlık istekleridir. Bu dönemde, onlara verilen bağımsızlık fırsatı kısıtlı olsa da kendi kimliklerini kazanma sürecinde ailelerinden uzaklaşmaya ve arkadaşlarıyla daha fazla vakit geçirmeye başlarlar. Ayrıca, ebeveyn-çocuk arasındaki hiyerarşik ilişkiden farklı olarak, arkadaşlık ilişkileri arasında bir hiyerarşi yoktur, bu ilişkiler eşitlikçidir. Ve bu ilişkiler gençlerin yetişkinlik döneminde meslektaşları, çalışma arkadaşları, komşuları vb. ile kuracakları ilişkiler konusunda deneyim kazanmaları açısından da önem taşımaktadır.



Bu dönemde arkadaşlık ilişkilerinin önem kazanmasında etkili olan üçüncü bir neden olarak, ergenlerin gelişen bilişsel becerilerinden bahsedilebilir.

Ergenler bu dönemde benlikleri ve kendi kimlikleri ile ilgili yeni bir bilinç, insanlara ve olaylara karşı daha bilişsel becerileri sayesinde gençler arkadaşlarının duygu ve düşüncelerini daha iyi anlamaya ve karşılıklı paylaşımın önemi konusunda farkındalık kazanmaya başlarlar.

### Sağlıklı Arkadaşlık İlişkileri Teşvik Etmek İçin Neler Yapılabilir?

- *Öfke yönetimi, doğruluk ve duyarlılık gibi sosyal beceriler geliştirmelerini desteklemek,*
- *Duygu ve düşüncelerini sosyal anlamda kabul edilebilir şekillerde ifade edebilme konusunda desteklemek,*
- *Başkalarının bakış açılarından olaylara bakabilmeleri konusunda cesaretlendirmek,*
- *İletişimde etkili dinlemenin önemini vurgulamak ve bu beceriyi geliştirmeleri konusunda destek olmak,*
- *Empati geliştirmelerine yardımcı olmak,*
- *Etkili çatışma çözme ve arabuluculuk becerileri geliştirmelerine yardımcı olmak,*
- *Arkadaşları ile bir arada bulunabileceği fırsatlar sunmak önemlidir.*

### Anne-Babalar Çocuklarının Arkadaşlıkları Konusunda Nelere Dikkat Etmelidir?

- Anne-babalar,
- Çocuklarının arkadaşlarını tanımalıdır.
  - Çocuklarının arkadaşlarının anne-babalarını tanımalıdır.
  - Çocuklarının arkadaşları ile vakit geçirebilecekleri güvenli ortamlar sağlamalıdır.
  - Çocukları ile arkadaşları, arkadaşlık ilişkileri ve yaptıkları seçimler ile ilgili olarak sohbet etmelidir.



- Çocuklarına, kendileri için tehlikeli olabilecek ve uygun olmayan durumlardan koruyabilmeyi ve bu gibi durumlarda 'hayır' diyebilmeyi öğretmelidirler.
- İyi arkadaş ilişkileri geliştirerek, çocuklarına doğru modeller oluşturmalarıdır.

### SAĞLIKLI ARKADAŞLIK İLİŞKİLERİ İÇİN EBEVEYNLERE ÖNERİLER

Arkadaşlık ilişkileri çocuğun evinde karşılanamayan en önemli gereksinimlerden biridir. Çocuğunuza kendi başına yapabileceği ya da yapamayacağı şeyleri anlatın. Bu konuda her ailenin sınırları, değerler sistemi, hayata bakış açısı farklıdır, kendine özgüdür. Bu nedenle çocuğunuza vermeye çalıştığınız her değer ya da bakış açısı aynı zamanda sizin ailevi sınırlarınızı da tanımlaması açısından önemlidir. Çocuğunuzun içinde bulunduğu yaş özelliklerini de dikkate alarak sizin için kabul edilebilir olan sınırları belirlemeniz ve bu konuda net ve tutarlı olmanız ergenin de kendini daha güvende hissetmesini sağlayacaktır. Anne babaların en büyük endişesi çocuklarının kötü arkadaşlar edinmesidir. Bu kötü arkadaştan olumsuz yönde etkileneceğinden ve kendi kontrollerinden çıkacağından endişelenirler. Çocuklarında gözlemledikleri ağzı sıklık, okul problemleri, görünümde ve karakterde değişimler, irtibatın azalması, aşırı tepkiler anne – babaları telaşlandırabilir.

*“Arkadaşlık, akranlar arasındaki bir ilişkidir. Ebeveynlerin, çocuklarıyla arkadaş olduklarını söylemeleri bir yanılısamadır.”*



Oysaki çocuk, arkadaşları sayesinde toplumdaki konumunu belirler ve iyi bir yer edinmenin ipuçlarını yakalar. Kendisiyle aynı istekleri, ilgileri ve amaçları olan diğer çocuklarla bir araya geldiği zaman, ortaklaşa etkinliklere katılır ve kendini olduğundan daha mutlu ve özgür hisseder. Çocukluk döneminde yeterli arkadaşı olmayan ve arkadaşlık ilişkisinden yoksun olan çocuklar, büyüdüklerinde birçok sorunla yüz yüze gelebilirler.

Grup ortamında bireysel olmaktan çok, grup bilinci önemli olduğu için, bazen çocuğunuzu beklemediğiniz şeyler yaparken gözlemleyebilirsiniz. Böyle bir durumda çocuğunuzu suçlamadan önce, olayın ne olduğunu, nasıl geliştiğini anlamaya çalışın. Çocuğunuzun kişiliğine ve iradesine uygun olmayan davranışlarda bulunması, onun kötü, başarısız, özgüveni eksik olduğunu göstermez. Bu dönemde ergenin grup bilinciyle hareket etmesinin, normal ve sağlıklı olduğunun bilinmesi yanında, çocuğun arkadaş ortamından gelecek zararlar konusunda bilgilendirilmesi, bilinçlendirilmesi de önemlidir. Yaşadığı olaylar konusunda ayrıntılara girmeden genel konuşulmalı ve gerekli mesajlar net, kısa ve kırmadan verilmelidir.

Çocukların yaşları büyüdükçe, arkadaşlık ortamında yaşadıkları tatminin ve karşılaştıkları problemlerin miktarı da artmaktadır. Böyle durumlarda aileler, uygun çözüm yollarını bulmaları için çocuklarını yönlendirmelidirler.

Anne-babalar, dinlemeye ve iletişime açık olmalıdır. Deneyimlerine dayanarak alternatif çözümler üretme konusunda çocuklarına yardımcı olmalı fakat onlara ne yapmaları gerektiği konusunda zorlayıcı olmamalıdır. Çocuklar kendilerine uygun çözüme, kendileri karar vermeli, kararının sorumluluğunu da taşımalıdır.

Sonuç olarak; yaşlıları tarafından kabul görmek ve arkadaşlıklar kurmak aile biriminin ötesinde çocuğun ufkunu genişletir, dış dünyaya ilişkin deneyim kazanmasına ve yüksek benlik saygısının oluşmasına yardımcı olur.

Sosyal becerileri kazanması konusunda çocuğunuza yardım ederken, gerçekçi seviyede beklentiler oluşturun, çabaları ve küçük gelişmeleri bile destekleyin, onu yüreklendirin, çocuğun çabalarının en büyük ödülü, kurduğu arkadaşlıklar olacaktır.

“*Kilometrelerce uzaklara gizlenmiş olsa da dostluğumuz, aynı gökyüzünü paylaştığımız sürece dostuz.*”



[www.gelisim.k12.tr](http://www.gelisim.k12.tr)

#### Kaynakça:

- Yavuzer, Haluk. “Gençleri Anlamak” Remzi Kitabevi, İstanbul, 2005.
- Abalı, Osman Uzm.Dr. “Ergenlik Dönemi ve Sorunları” Epsilon Yayıncılık, İstanbul, 2004.
- Çetin, Filiz ve Diğerleri “Çocuklarda Sosyal Beceriler” Epsilon Yayıncılık, İstanbul 2003
- Nar, Ercan “Kimse Beni Anlamıyor” İstanbul, 2006
- Demmings J. L. (2009). Examining Ethnic Identity And Friendship Quality Among High School Aged Same-Sex Interracial Friendship Dyads
- Bemdt T. J. (1982). The Features and Effects of Friendship in Early Adolescence. Child Development, 53, 1447-1460.