



*“Hayat, arkadaşlıktan daha büyük bir hediye vermez.”  
( Voltaire )*

## OKUL ÇAĞI ÇOCUKLARINDA

Okul çağındaki çocukların sağlıklı gelişimleri için arkadaşlar vazgeçilmez unsurlardır. Arkadaşlık kuramayan çocukların, hayatlarının ileriki yıllarında duygusal ve bilişsel sorunlar yaşayabileceği araştırmalarca ortaya konmuştur. Arkadaşlık, çocuklara sadece oyun ve eğlenceyi değil, çok daha fazlasını sağlar. Duygusal ve ahlaki yönden gelişimlerini destekler. Arkadaşlarıyla vakit geçirirken çocuklar iletişim kurma, işbirliği yapma ve problem çözme gibi birçok sosyal beceriyi öğrenirler. Duygularını kontrol etmeyi ve başkalarının duygularını anlamayı öğrenirler. Yaşadıkları olayları düşünüp sonuç çıkarma ve ilişkilerinde yaşadıkları farklı durumları değerlendirme konusunda kendilerini geliştirirler.

## Ailelerin bu konudaki rolü nedir?

Ebeveynlerin, çocukların sosyal gelişimindeki rolü çok önemlidir. Çocuklar, sosyal becerilerle doğmamıştır ve yaşlılarıyla iletişim kurmak için anne-babalarının aktif olarak bu süreçte rol almasına ihtiyaç duyarlar. Ebeveynlerin çocukları için yapabileceği en güzel şey, onlarla sevgi, kabul ve saygı dolu bir ilişki geliştirmektir. Böyle sıcak bir ilişki, ileride kuracakları tüm ilişkilerin altyapısını oluşturur. Hem başkalarına güvenmeyi öğrenmelerini, hem de özgüven geliştirmelerini sağlar.



Aileler, bazı sosyal becerileri rol model olarak çocuklarına öğretirler. Ebeveynlerinin kendileriyle ya da diğer insanlarla kurduğu iletişimi çocuklar örnek alırlar. İnsanlarla tanışıp konuşmayı, bir şeyler anlatıp şakalar yapmayı, işbirliği yapmayı ya da bir istekte bulunmayı öğrenirler. Kazandıklarında ya da kaybettiklerinde ne yapacaklarını, nasıl özür dileyebileceklerini ya da kendilerinden özür dilendiğinde nasıl kabul edeceklerini, eleştirileri saygıyla karşılamayı, takdir ve beğenilerini göstermeyi öğrenirler. En önemlisi de, sabırlı, saygılı ve nazik olmayı...

**Aileler, kendi davranışlarıyla örnek oluşturarak bazı sosyal becerileri çocuklarına öğretebilirler. Bunun yanı sıra aşağıda yer alan maddeler gibi farklı şekillerle de çocuklarını desteklemeye devam edebilirler.**



**Çocuğunuzun diğer çocuklarla vakit geçirebilmesi için fırsat yaratın.**

Onu yaşlılarının bulunduğu sosyal ortamlara katılması için teşvik edin. Büyüdükçe iletişimlerini telefon, internet gibi araçlarla yapmak isteyebilirler. Bu iletişim araçları için kullanımın uygun olduğu zamanları belirleyip, kurallarınızı koyun.



### **Oyun ve spor etkinliklerine katılmasını sağlayın.**

Çocuklar, bir oyunda ya da sporda çok başarılı olmak zorunda değildirler. Temel becerileri ve kuralları bilerek, keyif almak için bu etkinliklere katılmalıdırlar. Hangi spor ve oyunlara daha çok ilgi gösterdiğini gözlemleyip, öğrenmesine yardımcı olabilirsiniz. İstemediği oyunlar için onu zorlamayın. Kendini baskı altında hissetmesi, geri planda kalmayı tercih etmesine neden olabilir.

*Çocuklarınızı insan olarak başarılı kılacak olan şey, onlar için ne yaptığınız değil, onlara kendileri için ne yapmayı öğrettiğinizdir.*

### **Çocuğunuzla konuşun.**

Her gün çocuğunuzla konuşmak için belli bir zaman ayırın. Ancak bu konuşma ders ya da nasihat verir gibi olmamalıdır. Göz kontağı kurun, onu dinlediğinizi başınızı sallayarak ya da sözlerinizle belli edin, anlattıklarıyla ilgili sorular sorun. Böylece arkadaşlarıyla iletişim kurması ve etkin dinlemesi için gereken becerileri geliştirecektir.

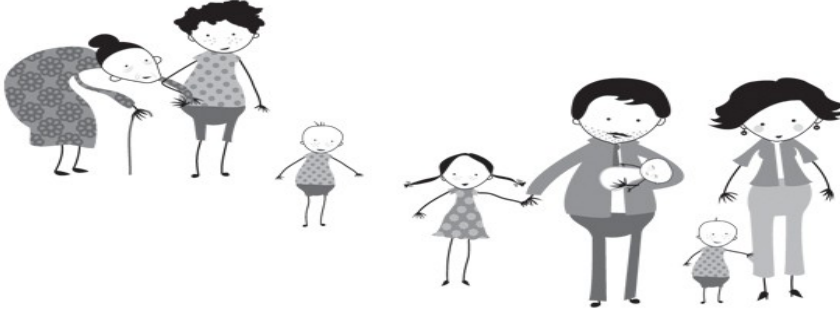
### **Uygun davranışlar için kurallarınızı koyun.**

Çocuklar başkalarına nasıl davranmaları gerektiğiyle ilgili sosyal becerileri aile içindeki kurallarla öğrenirler. Örneğin bir şeyi ödünç almadan önce sormayı ya da şiddete başvurmadan problemleri çözmeyi ebeveynlerini örnek alarak davranışa dönüştürürler. Aile kurallarınızı koyarken, çocuğunuzun da bu sürece dahil edin. Böylece sadece kurallara uymakla kalmayacak, bu kuralların neden konulduğuna dair daha iyi fikir yürütecek ve daha çok benimseyecektir. Kurallara uymadığında bile ona nasıl davrandığınızı, çocuğunuzun başkalarına karşı bu durumda ne yapacağını belirleyecektir. Bu sebeple sınırları açıklarken saygılı, nazik ve net olun. Sert ve

### **Farklı sosyal durumlarla nasıl başa çıkacağını ona öğretin.**

Siz bunu yapmaya zaten seneler önce başladınız. Ona paylaşmayı, "lütfen" ve "teşekkür ederim" demeyi öğrettiniz. Büyüyüp daha farklı sosyal durumlarla karşılaştığında da sizin rehberliğiniz gerekebilir. Korktuğu ya da kaygılandığı durumlarda, öncelikle ne düşündüğünü ve kaygısının sebebini dinleyin. Duygularını ifade etmesini sağlayın ve onu anladığınızı ifade edin. Onun için zor olan durumlarla nasıl baş edebileceği üstüne konuşun, neler yapabileceği konusunda beraber fikir yürütün.





### **Olumsuz duygularla baş etmeyi ve problem çözmeyi öğrenmesine yardım edin.**

İnsanlarla iletişimde en gerekli becerilerden bir tanesi, olumsuz durumlarla baş edebilmektir. Çocuğunuz size kendini nasıl hissettiğini anlattığında onu dinleyin. Dinlediğinizi ve onu anladığınızı “Sanırım Emre’ye kızgınsın.” gibi cümlelerle belli edin. Daha sonra problemi çözmesi için rehberlik edin. Öncelikle durumu belirlemesini sağlayın: “Emre’ye kızgınsın çünkü seni oyununa almadı.”. Bu durumda ne yapılabileceği üzerine konuşun, farklı çözüm yolları belirleyip en uygun olanı düşünmeye teşvik edin.

Eğer çocuğunuzun arkadaşlarıyla bir anlaşmazlık yaşadığını düşünürseniz, öncelikle kendi aralarında çözmelerine fırsat tanıyın. Sadece gerçekten müdahale etmeniz gerektiğini düşündüğünüz durumlarda, örneğin eğer anlaşmazlıkları fiziksel tepkilere dönüşüyorsa ve birbirlerine zarar veriyorlarsa müdahale edin. Küçük olayları büyütmeyin.

### **Ona bir başkasının gözünden bakmayı öğretin.**

Altı ya da yedi yaşlarındaki çocuklar başkalarının duygularını ve fikirlerini daha iyi anlamaya başlarlar. Bu beceriyi geliştirmek için, örneğin bir hikâye okurken onu durdurup hikâyedeki karakterin ne hissettiğini ve gösterdiği davranışın sebebini sorabilirsiniz. Ya da çocuğunuz size okuldaki bir durumu anlatırken, diğer insanların ne hissetmiş olabileceğini ve neden

**Arkadaş,  
arkadaşın  
aynasıdır!**

*Çocuğunuzun sosyal ilişkileri zaman zaman sizi endişelendirebilir. Ancak unutulmamalıdır ki, her bireyin farklı bir sosyal yapısı vardır. Örneğin siz kalabalık gruplardan hoşlanırken, çocuğunuz bir ya da iki yakın arkadaş seçip onlarla vakit geçirmeyi tercih edebilir. Onun kendini nasıl rahat ve mutlu hissettiğini bilin. Eğer hiç arkadaşı olmadığını gözlemliyorsanız öğretmenle ve psikolojik danışmanıyla bu gözlemlerinizi paylaşın.*

*Bir ebeveyn olarak, çocuğunuzun sosyal gelişiminde çok önemli bir role sahipsiniz. Onun yerine siz arkadaş edinemezsiniz ama sizin sevginiz, sabrınız ve desteğinizle kendisi yeni insanlarla tanışıp, arkadaşlık kurma cesaretini gösterecektir. Bu nedenle ebeveynlerin rolü, bu süreçte özgüven ve sosyal becerileri kazanması konusunda çocuğunu desteklemektir.*

**Kaynakça:** The Importance of Friendship for School-Age Children, University of Florida, IFAS Extension