



Nazmi Arıkan

**FEN BİLİMLERİ**

Eğitim Kurumları

## ERGENDE AKRAN İLETİŞİMİ/ VELİ BÜLTENİ

### ERGENDE AKRAN İLETİŞİMİ

Ergenlik döneminde çocuklukta büyük öneme sahip olan ailenin yerini artık çoğunlukla akranlar almaya başlar. Gelişimsel olarak “akademik eğitim alma ve bir mesleğe hazırlanma” sürecine denk gelen ergenlik, doğal olarak aynı yaştaki bireyleri ortak alan olan okullarda buluşturmaktadır. Dünyanın her yerinde bireylerin eğitim hayatının neredeyse tamamı ergenliğe denk gelmektedir. Bu nedenle ergenler zamanlarının büyük bir kısmını okullarda ve akranlarıyla geçirmektedir.



Ergen davranışlarının odaklandığı temel alanlardan biri arkadaş ve akranlarıyla ilişkileridir. Gençler duygularını, diğer dönemlere göre daha yoğun bir biçimde birbirleriyle paylaşırlar. Ergenlik döneminin başında arkadaş grupları daha az kişiden oluşurken daha sonraları arkadaş sayısında artış gözlemlenir. Sayının artması yanında, grubun yapısal niteliğinde de değişiklikler görülmeye başlanır. İlk ergenlik döneminde sık değişen arkadaşlıklar, orta ergenlik döneminde grup arkadaşlıkları ve geç ergenlik döneminde uzun süreli arkadaşlıklar olarak görülür. Yapılan araştırmalar ergenin grup ortamında güç, aidiyet ve güven kazandığını göstermektedir. Ergen, tek başına yapamayacağını düşündüğü işleri akranlarıyla birlikte karar vererek ortaklaşa yapmaya çalışır. Ebeveynler bu konuda çocuklarının faaliyetlerini kısıtlamaya çalışabilir. Ancak bu tür çabalar çoğunlukla başarısızlıkla sonuçlanır. Saygınlık kazanma ve bağımsız hareket etme davranışları gruplarda kazanılır. Bu nedenle zaman zaman akran grubunun etkisi ebeveynlerin öğrettikleriyle veya yasaklamalarıyla çelişir. Dolayısıyla akran dünyası çoğu ergen için tutum ve davranışlarının onaylanmasının ve reddedilmesinin kaynağı olur. Ebeveynlerin bu dönemde davranışlar konusunda yasaklayıcı ve müdahaleci tutumlardan çok anlayışlı ve empatik tutumları geliştirmeleri gereklidir.

Ergenler çoğu zaman sadece birinin kendisini dinlemesini ve anlamasını ister. Yargılamadan, öğüt vermeden, eleştirmeden, suçlu hissetirmeden sadece dinlesin ,yanımda olduğunu hissettirsin ister. Ancak çoğu yetişkin hemen bir çare bulma endişesi ile gerçek bir dinlemeyi sağlamada zorlanır.

Ergenlik döneminde tavsiyede bulunma, birlikte olma, davranış modeli oluşturma, destek ve geri bildirim sunma, kişisel özellik ve beceri konularında bilgi kaynağı olma bakımından akranlara büyük önem verilir. Öte yandan ergenlerin ebeveynleri ile olan ilişkileri eğitim ve meslek gibi gelecek merkezli alanlarda ve geçiş dönemlerinde önemini korurken, arkadaş ve akranlar gündelik olaylarda, modada, serbest zaman etkinliklerinde daha etkili görünmektedir.

### **Ergenler arkadaşlık ilişkilerinde ne arar?**

- Samimiyet
- Kendini açma
- Mahremiyet
- Sadakat

### **Ergenler için arkadaşlık ne anlama gelir?**

- Öz güveni geliştirme
- Değer yargılarını ve fikirlerini deneme
- Ait olma ve değer görme
- Anlaşılmış hissetme
- Karşı cinsle arkadaşlık kurma
- Karar verme becerilerini geliştirme



### Erkeklerin arkadaşlık ilişkileri:

- Fiziksel aktivitelere dayalı paylaşımlarda bulunurlar.
- Sınırları bellidir.
- Bireysel tercihler ön plandadır (Kıyafet, saç vb. )
- İletişim becerilerini etkin kullanmada güçlük yaşarlar.
- Duygu paylaşımı daha azdır.

### Kızların arkadaşlık ilişkileri:

- Duygusal yakınlık üzerine kuruludur.
- Keyifli vakit geçirme önemlidir.
- Duygular hakkında konuşmaktan hoşlanırlar. Kişisel tercihlerdense grup normları ön plandadır
- İletişim becerileri önemsenir.



### Karşı cinsle arkadaşlık ilişkileri:

- Romantik ilişkiler ergenin hayatının kaçınılmaz bir parçasıdır.
- Kız-erkek arkadaşlığı ergenlik döneminin başlamasıyla, çocukluk arkadaşlığından farklı bir boyuta ulaşmaktadır.
- Karşı cinsle ilişkiler kimlik gelişimi sürecinde gerçekleşir.
- Karşı cinsle arkadaşlık ilişkileri daha kısa sürelidir ve değişkendir.

## ÇOCUĞUNUZUN ARKADAŞLIK KURMA VE SÜRDÜRME BECERİLERİNİ NASIL DESTEKLEYEBİLİRSİNİZ?

- Güçlü ilişki kurmak için çaba gösterebilirsiniz.
- İyi bir dinleyici olup konuşulanların aranızda kalacağı konusunda onlara güven verebilirsiniz. İletişim becerilerinizi etkili bir şekilde kullanabilirsiniz.
- Duygusal gerginliklerini anlamaya çalışabilirsiniz.
- Çocuğunuza vereceğiniz tepkileri önceden düşünüp çocuğunuz ile daha sağlıklı bir ilişki kurabilirsiniz.



- Çocuğunuzun arkadaş ortamını, arkadaşlarını ve arkadaşlarının ailelerini çok sorgulayıcı olmadan tanımaya çalışabilirsiniz.
- Akran grubu içinde hiç beklemediğiniz davranışları sergilediğinde ani tepki vermeden, evde uygun ortamda konuşabilirsiniz.
- Çatışmaları çözme becerilerinizi gözden geçirip bu konuda model olduğunuzu hatırlayarak davranış düzenlemenizi yapabilirsiniz.
- Çocuğunuza yanlış olanı göstermek için çocuğunuzun yaşantısı yerine kendi ergenlik çağınızdan örnekler verebilirsiniz. Özdeşim kurmak adına sağlıklı olacak ve ilişkiyi düzenleyecektir.
- Zorlandığınız hususlarla ilgili çocuğunuzun rehber öğretmeninden yada ruh sağlığı profesyonellerinden destek alabilirsiniz.

**Fen Bilimleri Eğitim Kurumları**

**Rehberlik Birimi**