

BİL PDR

Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi

ANAOKULU | İLKOKUL | ORTAOKUL | LİSE

KASIM – ARALIK 2024 | SAYI 7

OYUNCAK SEÇİMİ

Ece İŞİKTEKİN
Psikolojik Danışman
Esenşehir BİL Koleji

BENİM HISSİM HANGİSİ?

Selma MERCAN
Psikolojik Danışman
Diyarbakır BİL Koleji

"Asi" Bir Çocuk

Zeynep BAYHAN
Psikolojik Danışman &
Rehber Öğretmen
Altındağ BİL Koleji

AKRAN ZORBALIĞINDA GİZLİ SİLAH: ÇOCUĞUNUZUN YANINDAKİ DESTEK GÜCÜ KİM?

Havvanur AKYILDIZ
Psikolojik Danışman &
Rehber Öğretmen
Çorlu BİL Koleji

ÇOCUKLARDA SORUMLULUK BİLİNCİ OLUŞTURMANIN ÖNEMİ

Büşra GÜLSEVEN ÖZGÜL
Psikolojik Danışman
Van BİL Koleji

YKS HAZIRLIK SÜRECİNİ ETKİLEYEN ÇEVRESEL FAKTÖRLER VE BU FAKTÖRLERİN DÜZENLENMESİ

Asena KAVGACI
Psikolojik Danışman ve
Rehber Öğretmen
Trabzon BİL Koleji

AKEV SOSYAL KULÜPLER



EDİTÖRDEN 3

ÜMİT KALKO 5

ELİF PEHLEVAN 7

OYUNCAK SEÇİMİ 8

BENİM HISSİM HANGİSİ 10

"Asi" Bir Çocuk 13

AKEV SOSYAL KULÜPLER 16

ÇOCUKLARDA SORUMLULUK BİLİNCİ
OLUŞTURMANIN ÖNEMİ 18

YKS HAZIRLIK SÜRECİNİ ETKİLEYEN ÇEVRESEL
FAKTÖRLER VE BU FAKTÖRLERİN DÜZENLENMESİ 21

AKRAN ZORBALIĞINDA GİZLİ SİLAH:
ÇOCUĞUNUZUN YANINDAKİ DESTEK GÜCÜ KİM? 24

EDITÖRDEN

Değerli velilerimiz,

2024 – 2025 eğitim – öğretim yılının 1.çeyreğini tamamlarken BİL PDR dergisinin 7.sayısını siz değerli okurlarımıza sunuyoruz. Bu sayımızda sizlere kasım ara tatilde rahatlıkla okuyabileceğiniz her yaş grubu çocuğumuzun gelişimine yönelik faydalı bilgiler hazırladık.

Erken çocukluk döneminde oyuncak seçimi, ergenlikte zorbalık ve akran iletişimi, sınav hazırlık sürecinde öğrencilerimizi destekleyeceğimiz bilgilerle birlikte, bu yıl ilk defa uygulamaya başladığımız AKEV desteğiyle 9 pilot okulumuzda kurulan Sosyal Sorumluluk kulüplerimize de yer verdik.

Faydalı olması dileğiyle, iyi okumalar dileriz.



*Fbrn
Unutmazer*

BİL Eğitim Kurumları Genel Müdürlüğü
Rehberlik ve Kariyer Merkezi Koordinatörü



BİL TALKS

Ege



BAŞARINIZ KONUŞSUN

BİL TALKS

"25 Kasım'da Aydın'da Başlıyor!"



Ümit Kalko

BİL Eğitim Kurumları
Strateji Geliştirme Kurulu
Başkanı



Şan, şeref ve destanlarla dolu tarihimizden aldığımız azim, cesaret ve vakarla Cumhuriyetimizin 101'inci yılının engin gururunu yüreklerimizde hissediyoruz.

Cumhuriyetimizin 101 yıllık tarihi, milletimizin en zor şartlarda nasıl yeniden ayağa kalkabileceğini gösteren, geleceğimiz için bize umut veren, gençlerimizin önünü açacak yatırımların yapıldığı bir dönemdir. Vatan, bayrak ve mukaddesatı uğruna hiçbir fedakârlıktan kaçınmayan ve her türlü zorluğa göğüs geren aziz milletimizin kahraman evlatları Malazgirt'ten Çanakkale'ye kadar tarihin her döneminde asil ve kararlı duruşuyla insanlığa barış, huzur ve umut olmuştur.

Gönülleri kaynaştıran büyük bir adalet ve barış medeniyetinin mirasçısı olan ülkemiz, kalkınma hedeflerine doğru emin adımlarla ilerlerken ve gelişirken, bu ilerlemeye ve gelişmeye yılmadan, yorulmadan, aşkla, şevkle, azimle, çalışarak, omuz verip katkı sağlamaya devam edeceğiz.

Bu duygularla, Cumhuriyetimizin kurucusu Gazi Mustafa Kemal Atatürk başta olmak üzere, İstiklal Mücadelemizin bütün kahramanlarını, bu toprakları bize vatan kılan şehit ve gazilerimizi rahmet ve minnetle anıyor, 29 Ekim Cumhuriyet Bayramımızın 101. Yılı'nı en içten duygularımla kutluyorum.



İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ

İş Birliği ile

**ÖĞRENCİ GELİŞİM KULÜPLERİ
BİL KOLEJİNDE!**



İSTANBUL AYDIN
ÜNİVERSİTESİ



BİL KOLEJİ
Dünya İnovasyon Okulu



www.bilokullari.com.tr

Elif Pehlevan

BİL Eğitim Kurumları Genel Müdürü



Değerli BİL Eğitim Kurumları Ailesi,

Bugün büyük bir mutluluk ve gururla; insandan, çoğulculuktan, hak ve hukuktan, adaletten, özgürlüklerden yana olan Cumhuriyetimizin 101. yıl dönümünü kutluyoruz.

Çağdaş ve demokratik bir yönetim biçimi olan cumhuriyet ile birlikte ülkemize de yeni bir ufuk açılmış; bilim, eğitim, sanayi başta olmak üzere, sayısız alanda kalkınma ve aydınlanma başlamıştır. Kadın erkek eşitliği, seçme ve seçilme hakkı, akıl, bilim, sanat, bağımsızlık, özgürlük, hak, hukuk ve eşitlikten yana, kısaca insan ve insana dair ne varsa ondan yanadır cumhuriyet.

Bu duygu ve düşüncelerle; ilkelerinden asla şaşmayacağımız, eşsiz bir miras olarak aldığımız ve çocuklarımıza emanet edeceğimiz Cumhuriyetimizin 101. yıl dönümünü kutluyor, devrimleri ve dehası ile bize ufuk açan Büyük Önderimiz Mustafa Kemal Atatürk başta olmak üzere, bu toprakları bizlere vatan kılan tüm şehitlerimizi ve gazilerimizi bir kez daha rahmetle, minnetle yâd ediyorum.

29 Ekim Cumhuriyet Bayramımızın 101.Yılı Kutlu Olsun



OYUNCAK SEÇİMİ



Ece IŞIKTEKİN
Psikolojik Danışman
Esenşehir BİL Koleji

Oyun, çocuğun iç dünyasını en rahat yansıtabildiği yerdir. Kelimelerle dile gelmeyen ifadeler oyuncaklarla hayat bulur. Oyuncaklar; aynı zamanda çocukların hem bilişsel hem sosyal hem de fiziksel gelişimlerine yardımcı olur. Bu nedenle oyuncak seçimi çocukların kendilerini keşif sürecinde oldukça önemlidir. Yaşına uygun oyuncak seçimi sayesinde çocuğunuzun özgüvenini geliştirmesinde yardımcı olabilirsiniz.

Oyuncak Seçiminde Dikkat Edilmesi Gerekenler

Oyuncak seçiminde dikkat edilmesi gerekenler: yaş, ilgi alanı ve yetenekler olarak sıralanabilir. Yaş grubuna göre oyuncak seçimi çocuğun bilişsel, fiziksel ve duygusal gelişimi için oldukça önemlidir, aynı zamanda çocukların problem çözme yeteneklerini ve özgüvenlerini geliştirmek için de önemli

bir rolü vardır. 4 yaş civarındaki çocuklarınız için açık havada oynayabileceği çeşitli oyuncakları düşünebilirsiniz. 5 yaş için akülü arabalar, trenler ve model oyuncaklar iyi bir seçenek olacaktır.

Çocuklarınıza alacağınız oyuncakların yaşına uygun olması ve kaliteli materyallerden üretilmiş olması oldukça önemlidir. Bunun yanı sıra, çocuklarınızın yeteneklerini geliştirecek oyuncaklar hem onların eğlenceli vakit geçirmesini sağlayacak hem de gelişimlerini destekleyecek tercihler olabilir. Örneğin; çocuklarınızın kas gelişimi üzerinde oldukça etkili olan bisiklet, kayak, tırmanma gibi aktiviteleri yapabileceği ortamları sağlamak olumlu etki yaratacaktır.

Çocuklarınızın motor becerilerini geliştirmesine katkı sunan yapbozlar, birleşen oyuncaklar ve parça bulmacalar da etkili seçimler olacaktır. Dünyayla daha gerçekçi bağlantılar kurmasını ve hayal kurma kapasitelerinin gelişmesine katkıda bulunan meslek setleri, ev setleri gibi

tercihlerde çocuklarınız için destekleyici olacaktır. Dil yeteneklerini ve matematiksel yeteneklerini geliştirebilmesi için harfler ve sayıları içeren setler çocuklarınız için ideal tercihler olarak düşünülebilir.

Oyuncakların rahat bir şekilde temizlenebilen, çocuklarınızın tek başınayken oynayabileceği şekilde tasarlanmış ve birleştirilebilen bir yapıda olması gerekir. 6 yaşına kadar küçük parçalara ayrılabilen oyuncaklar tehlikeli olabilir. Peluş oyuncakları tercih ederken mutlaka tüyleri dökülmeyen ya da dökülse bile çocuğunuzun yutmayacağı parçalara sahip olan seçeneklere yönelebilirsiniz.

Anaokulu çocukları için oyuncak seçerken, onların gelişimsel ihtiyaçlarına ve ilgi alanlarına dikkat etmek önemlidir. İşte bu yaş grubundaki çocuklar için ideal bazı oyuncak önerileri:



Puzzle ve Yapbozlar: Kolaydan zora doğru ilerleyen yapbozlar, çocukların dikkat sürelerini ve mantık becerilerini artırır.



Sanat Malzemeleri: Boyalar, oyun hamurları ve yapıştırıcılar, yaratıcılığı teşvik eder ve ince motor becerilerini geliştirir.



Eğitici Bloklar: Renkli bloklar, çocukların motor becerilerini ve problem çözme yeteneklerini geliştirir.



Hikâye Kitapları: Renkli ve basit hikâye kitapları, dil gelişimini ve okuma sevgisini teşvik eder.



Taklit Oyun Setleri: Mutfak setleri, doktor setleri veya tamir setleri gibi taklit oyun oyuncakları, çocukların sosyal becerilerini ve hayal güçlerini geliştirir.



Yumuşak ve Peluş Oyuncaklar: Çocukların duygusal gelişimini destekler ve rahatlık sağlar.



Müzik Aletleri: Küçük davullar, marakaslar ve zil gibi basit müzik aletleri, ritim duygusunu ve müzikal farkındalığı geliştirir.

Çocukların güvenliği için oyuncakların yaşa uygun ve zararlı maddeler içermediğinden emin olmak da oldukça önemlidir. Ayrıca, oyuncakları seçerken çocuğun ilgisini çeken ve onu eğlendiren oyuncaklar tercih edilmelidir.

BENİM HİSSİM HANGİSİ?



Selma MERCAN
Psikolojik Danışman
Diyarbakır BİL Koleji

Çocuklarda duyguları adlandırmak ve yönetmek duygusal gelişimlerinin önemli bir parçasıdır. Bu beceriler, çocukların hem kendi duygularını anlamalarına hem de başkalarıyla sağlıklı ilişkiler kurmalarına yardımcı olur. Erken yaşta bu yeteneklerin gelişmesi, ileride daha güçlü duygusal zekâyâ sahip bireyler olmalarını sağlar.

Çocuklarda Duyguları Adlandırmak

Çocuklar duygularını tam olarak anlamakta ve ifade etmekte zorlanabilirler. Onlara duyguları adlandırmayı öğretmek, ne hissettiklerini anlamalarına ve doğru şekilde ifade etmelerine yardımcı olur.

Neden Önemlidir?

- Duygusal farkındalık geliştirir: Çocuklar ne hissettiklerini bilmediğinde, duygusal tepkileri

kontROLSÜZ olabilir. Duygularını adlandırmak, bu tepkileri anlamalarına ve yönetmelerine yardımcı olur.

- İletişim yeteneklerini artırır: Duygularını adlandırmayı öğrenen çocuklar, yaşadıkları duyguları daha rahat paylaşır. Bu, onların sosyal becerilerini güçlendirir ve kendilerini daha iyi ifade etmelerini sağlar.
- Davranışlarını yönlendirmelerini kolaylaştırır: Örneğin, bir çocuk öfkelenildiğinde, “kızgın hissediyorum” diyebildiğinde, öfkesinin kaynağını fark edebilir ve buna göre davranışlarını yönlendirebilir.

Nasıl Öğretilir?

- Duygulara İsim Verin: Çocukların duyguları anlaması için onlara çeşitli duyguların isimlerini öğretin. Örneğin, “Bu seni üzdü mü?” veya “Kızgın mı hissediyorsun?” gibi sorular sorarak onlara duygularını ifade etmeleri için rehberlik edin.
- Duygu kartları kullanın: Farklı yüz ifadeleri ve duyguları içeren kartlar ya da resimler, çocukların hangi duyguları hissettiklerini anlamalarına yardımcı olabilir. Çocuklar bu görsel desteklerle duygularını daha kolay adlandırabilirler.
- Kitaplar ve hikâyelerden yararlanın: Duygularla ilgili hikayeler okumak ve karakterlerin hissettiklerini tartışmak, çocukların çeşitli duyguları tanımasına yardımcı olabilir.
- Duygusal anları fark edin: Günlük yaşantıda karşılaştığınız duygusal anları açıklayın. Örneğin; parkta başka bir çocuğun üzüldüğünü gördüğünüzde, “Bu çocuk üzülmüş gibi görünüyor. Neden üzülmüş olabilir?” diye sorarak empati geliştirmelerine yardımcı olun.

İşte çocuklarda duyguları adlandırma ve yönetme konusunda örnek durumlar ve bu durumlara yönelik çözümler:

1. Öfke Durumu:

Durum:

5 yaşındaki Ahmet, oyun oynarken arkadaşının ona ait olan oyuncak arabasını alması üzerine sinirlenip bağıırıyor ve oyuncakı geri almak için arkadaşını itiyor.

Yanlış Yaklaşım:

“Bağıırmayı kes! Böyle yaparsan ceza alırsın.”

Bu yaklaşım, çocuğun duygusunu anlamadan, sadece davranışını cezalandırır ve öfkeyle başa çıkmayı öğretmez.

Doğru Yaklaşım:

“Ahmet, oyuncak arabayı arkadaşının alması seni kızdırdı mı? Kızgın hissediyorsan

bunu sözlerinle ifade edebilirsin. Hadi derin bir nefes al, sonra arkadaşına nasıl hissettiğini söyle.”

Bu yaklaşım, çocuğun öfkesini adlandırmasına yardımcı olur, sakinleşme tekniği öğretir ve duygularını doğru bir şekilde ifade etmeyi teşvik eder.



2. Üzüntü Durumu

Durum: 6 yaşındaki Ela, annesiyle parka gitmeyi planlıyordu, ama yağmur yağdığı için evde kalmak zorunda kaldı ve ağlamaya başladı.

Yanlış Yaklaşım:

“Üzülmene gerek yok, bu kadar ağlama! Başka zaman gideriz.”

Bu yaklaşım, çocuğun duygusunu küçümser ve onun üzüntüsünü anlamadığını hissettirir.

Doğru Yaklaşım:

“Ela, parka gidemediğimiz için üzgün olduğunu anlıyorum. Bu gerçekten hayal kırıklığına uğratici olabilir. Şimdi parka gidemeyiz, ama evde başka eğlenceli bir şey yapmayı deneyebiliriz.”



Bu, çocuğun üzüntüsünü kabul eder ve ona alternatif çözümler sunar, duygusal deneyimini anlamlandırmasına yardımcı olur.



3. Korku Durumu:

Durum: 7 yaşındaki Asel, gece ışıklar kapandığında odasında karanlıktan korkuyor ve uyumak istemiyor.

Yanlış Yaklaşım:

"Korkacak bir şey yok! Büyük bir kızsın, karanlıktan korkmamalısın.

Bu yaklaşım, çocuğun korkusunu küçümser ve kendisini yalnız hissetmesine neden olabilir.

Doğru Yaklaşım:

"Gece karanlığında biraz korkmuş gibisin. Bu çok normal bir duygu. Korktuğunda ne yapabileceğini düşünelim. İstersen gece lambanı açalım

ya da yanında bir oyuncakla uyuyabilirsin."

Bu yaklaşım, çocuğun korkusunu kabul eder ve korku duygusuyla başa çıkmak için ona somut çözümler sunar.

4. Hayal Kırıklığı Durumu:

Durum: 8 yaşındaki Mehmet, resim yarışmasında birinci olmayı bekliyordu, ancak kazanamadı ve sinirlenerek resmini yırttı.

Yanlış Yaklaşım:

"Neden böyle yapıyorsun? Daha dikkatli olsaydın belki kazanırdın!"

Bu, çocuğun hayal kırıklığını daha da artırır ve onu suçlayıcı bir yaklaşım sergiler.

Doğru Yaklaşım:

"Yarışmayı kazanamadığın için çok hayal kırıklığına uğramış gibisin. Bu normal bir duygu. Resmin çok güzel olmuştu ve bu emeğini takdir ediyorum. Bir dahaki yarışmada neler yapabileceğimizi konuşalım mı?"

Bu, çocuğun hayal kırıklığını anladığınızı gösterir ve onu motive eder, geleceğe dair olumlu düşünmeye teşvik eder.



5. Kıskançlık Durumu:

Durum: 8 yaşındaki Zeynep, küçük kardeşi doğduktan sonra anne ve babasının sürekli onunla ilgilendiğini düşünüyor ve kıskançlık hissediyor. Bu yüzden küçük kardeşine zarar vermeye çalışıyor.

Yanlış Yaklaşım:

"Kardeşini sevmiyorsun çünkü kıskanıyorsun! Bu şekilde davranırsan seni hiç kimse sevmez."

Bu yaklaşım, kıskançlığı bir suç gibi gösterir ve çocuğun duygularını daha da karmaşık hale getirir.

Doğru Yaklaşım:

"Seninle daha az zaman geçirdiğimiz için kıskandığını hissediyorum. Bu çok normal. Sen de bizim için çok özelsin ve seni çok seviyoruz. İstersen birlikte biraz zaman geçirebiliriz."

Bu, çocuğun kıskançlık duygusunu kabul eder, onu suçlamadan duygusunu anlamasına yardımcı olur ve ebeveyn-çocuk arasındaki bağı güçlendirir.

Bu örnekler, çocuklarda duyguları adlandırma ve yönetme becerilerini nasıl geliştirebileceğinizi gösterir. Duyguları adlandırmak ve bu duygulara uygun çözümler sunmak, çocukların duygusal gelişimini destekler ve daha sağlıklı bir iletişim kurulmasına yardımcı olur.

"Asi"

Bir Çocuk

Çocuklarda Karşıt Gelme-Karşıt Olma Bozukluğu:
Ebeveynler İçin Bilgilendirici Bir Rehber

Sevgili Ebeveynler,

Çocuk yetiştirmek, hem heyecan verici hem de zorlu bir yolculuktur. Her çocuk, kendine özgü bir birey olarak farklı kişilik özellikleri, ilgi alanları ve davranış biçimleri ile karşımıza çıkar. Bu süreçte, çocuklarınızın gelişimini desteklerken bazı davranışsal sorunlarla da karşılaşabilirsiniz. Bu zorluklardan biri, karşıt gelme-karşıt olma bozukluğudur. Bu bozukluk, çocukların otorite figürlerine karşı sürekli bir itiraz ve karşı durma hali sergiledikleri bir durumdur. Günümüzde birçok aile, çocuklarının bu tür davranışlarıyla başa çıkmakta zorlanmakta; bu da hem ebeveynler hem de çocuklar için stresli bir ortam yaratabilmektedir. Bu yazıda, karşıt gelme-karşıt olma bozukluğunun ne olduğunu, belirtilerini, olası sebeplerini ve bu süreçte ebeveynlerin çocuklarına nasıl destek olabileceğini ele alacağız. Böylece, çocuklarınızın bu zorluğun üstesinden gelmesine yardımcı olabilecek bilgi ve stratejileri edinmiş olacaksınız.

Peki Bu Karşıt Gelme-Karşıt Olma Bozukluğu Nedir?

Karşıt gelme-karşıt olma bozukluğu: çocukların otorite figürlerine, özellikle ebeveynler ve öğretmenler gibi yetişkinlere karşı sürekli bir itiraz ve karşı durma hali sergiledikleri bir durumdur. American Psychiatric Association'a (APA) göre, bu bozukluk çocuklarda davranışsal sorunlar arasında önemli bir yer tutmaktadır. Çalışmalar, çocukların yaklaşık %2-16'sının bu bozukluğu yaşadığını göstermektedir. Belirtileri Nelerdir;

Karşıt gelme-karşıt olma bozukluğunun bazı yaygın belirtileri şunlardır:

İtaatsizlik: Verilen talimatları sık sık görmezden gelme veya reddetme.

Tartışmacı Tutum: Ebeveyn veya öğretmenlerinin söylediklerine karşı sürekli bir itiraz içinde olma.

Kural Tanımazlık: Okulda veya evde belirlenen kurallara uymama.

Düşmanca Davranışlar: Başkalarına karşı agresif davranışlar sergileme.

Duygusal Patlamalar: Öfke, hayal kırıklığı veya sinir krizleri gibi aşırı duygusal tepkiler verme.



Bir çalışma, karşıt gelme-karşıt olma bozukluğu olan çocukların, akranlarına göre daha fazla davranışsal ve duygusal sorun yaşadığını tespit etmiştir. Bu durum uzun vadede akademik başarıyı ve sosyal ilişkileri olumsuz etkileyebilir. Olası Nedenler

Karşıt gelme-karşıt olma bozukluğunun kesin nedeni bilinmemekle birlikte, bazı faktörlerin bu durumu tetikleyebileceği düşünülmektedir:

Genetik Faktörler: Aile geçmişinde benzer davranışlar sergileyen bireylerin bulunması çocuğun bu durumu geliştirme olasılığını artırabilir. Genetik çalışmalara göre, bu bozukluğun ebeveynlerden çocuklara geçiş gösterme oranı %40 civarındadır.

Çevresel Etkiler: Ebeveyn tutumları, aile içindeki çatışmalar ve sosyal çevre çocuğun davranışlarını etkileyebilir. Özellikle otoriter ebeveynlik tarzının karşıt gelme davranışlarını artırdığı gösterilmiştir.

Duygusal Sorunlar: Anksiyete, depresyon veya düşük özsaygı gibi duygusal problemler karşıt gelme tutumlarını artırabilir.

Araştırmalar karşıt gelme bozukluğu olan çocukların sıklıkla kaygı bozuklukları yaşadığını göstermektedir.

Gelişimsel Faktörler:

Çocukların sosyal ve duygusal gelişim süreçleri bu tür davranışları etkileyebilir. Erken çocukluk döneminde yaşanan travmaların, ilerleyen dönemlerde karşıt gelme tutumlarını tetikleyebileceği belirlenmiştir.



Zeynep BAYHAN
Psikolojik Danışman &
Rehber Öğretmen
Altındağ BİL Koleji



Anne Baba Olarak Neler Yapabilirsiniz;

Anlayış Geliştirin: Çocuğunuzun bu davranışlarının arkasındaki duygusal sebepleri anlamaya çalışın. Duygusal ihtiyaçlarını gözlemlemek, daha sağlıklı bir iletişim kurmanıza yardımcı olabilir.

Tutarlı Olun: Çocuklar, tutarlı kurallar ve sınırlarla daha iyi yönetilir. Koyduğunuz kuralları sürekli olarak uygulamak, çocuğunuzun davranışlarını olumlu yönde etkileyebilir.

Pozitif İletişim: Eleştiri yerine olumlu pekiştirme kullanın. Çocuğunuz doğru bir davranış sergilediğinde onu övün; bu, olumlu davranışların pekişmesine yardımcı olur.

Duygusal Destek Sağlayın: Çocuğunuzun hissettiği öfke, hayal kırıklığı veya kaygı gibi duyguları ifade etmesine yardımcı olun. Duygularını anlamak, aranızdaki bağı güçlendirecektir.

Bağımsızlık Sağlayın: Çocuklarınıza belirli konularda seçim yapma özgürlüğü verin. Bu, onların kendilerini daha bağımsız hissetmelerine ve kontrol duygularını artırmalarına yardımcı olabilir.

Uzman Desteği: Eğer çocuğunuzun davranışları evde ve okulda ciddi sorunlara yol açıyorsa, bir uzmandan yardım almayı düşünün. Psikologlar veya pedagoglar, size ve çocuğunuza uygun

stratejiler geliştirmede yardımcı olabilirler.

Karşıt gelme-karşıt olma bozukluğu, çocuklar için oldukça zorlayıcı bir durumdur ve bu durum hem çocuğun hem de ailenin yaşam kalitesini etkileyebilir. Ancak, doğru yaklaşım ve stratejilerle bu süreci daha yönetilebilir hale getirmek mümkündür. Ebeveynler olarak, çocuklarınızın duygusal ihtiyaçlarını anlamak ve onlara destek olmak bu tür davranışların üstesinden gelmelerine yardımcı olacaktır. Ayrıca, iletişiminizi güçlendirmek ve çocuğunuzla açık bir diyalog kurmak karşıt gelme tutumlarının azalmasına katkı sağlayabilir. Unutmayın ki her çocuk farklıdır ve bu süreçte sabırlı olmak, sağlıklı bir gelişim için en önemli adımdır.

Eğer çocuğunuzun davranışları sizin için endişe verici bir hale gelirse profesyonel yardım almayı düşünmekte fayda vardır. Uzmanlar, size ve çocuğunuza uygun bireysel stratejiler geliştirmede rehberlik edebilir. Bu süreçte hem ebeveynler hem de çocuklar için sağlıklı bir iletişim ortamı oluşturmak uzun vadede olumlu sonuçlar doğuracaktır. Çocuklarınızın potansiyellerini en üst düzeye çıkarmalarına yardımcı olmak için birlikte çalışarak onların sosyal, duygusal ve akademik gelişimlerini destekleyebilirsiniz. Unutmayın ki bu yolculuk hem siz hem de çocuğunuz için bir öğrenme ve büyüme sürecidir; birlikte bu sürecin üstesinden gelmek, ailenizi daha da güçlendirecektir.

İSTANBUL AYDIN ÜNİVERSİTESİ

MÜNAZARA KULÜBÜ BİL KOLEJİNDE



AKEV

Sosyal Kulüpler



AKEV
ANADOLU EĞİTİM
VE KÜLTÜR VAKFI



BİL AKEV
SOSYAL SORUMLULUK
KULÜBÜ



PENDİK BİL KOLEJİ



BEYLİKDÜZÜ BİL KOLEJİ



ATAŞEHİR-3 BİL KOLEJİ



ÇORLU BİL KOLEJİ



BAHÇELİEVLER BİL KOLEJİ



KAĞITHANE BİL KOLEJİ



AVCILAR BİL KOLEJİ



ÜMRANİYE BİL KOLEJİ



ÇAMLICA BİL KOLEJİ

ÇOCUKLARDA SORUMLULUK BİLİNCİ OLUŞTURMANIN ÖNEMİ

Sorumluluk Bilinci Nedir?

Çocukların hayatlarında sorumluluk bilincinin önemi büyüktür. Sorumluluk, çocukların bağımsızlıklarını geliştirmelerine ve karar almalarını sağlamalarına yardımcı olur.

Sorumluluk bilinci, bireyin kendisine ve çevresine karşı sorumluluk hissi taşımasıdır. Çocuklar, görevlerini yerine getirme ve sonuçlarını anlama yeteneği geliştikçe bu bilinci kazanırlar.

Sorumluluk Bilincinin Önemi

Sorumluluk bilinci, bireylerin sosyal ilişkilerini ve kişisel gelişimlerini olumlu yönde etkiler. Çocuklar, sorumluluk alarak öz güven kazanır ve problem çözme becerileri gelişir.

Sorumluluk Bilincinin Gelişimi

Sorumluluk bilincinin gelişimi, çocukların yaş ve deneyimleri ile yakından ilişkilidir. Ebeveynlerin rehberliği ve uygulamalar sayesinde bu bilinç zamanla olgunlaşır.

Yaş Gruplarına Göre Sorumluluk

Çocukların sorumluluk bilinci, yaşlarına göre değişiklik gösterir. Her yaş grubunda farklı sorumluluk türleri geliştirilir ve bu süreç, bireysel gelişimlerine büyük katkı sağlar.



Büşra GÜLSEVEN ÖZGÜL
Psikolojik Danışman
Van BİL Koleji



Erken Çocukluk Dönemi

Erken çocukluk döneminde (0-5 yaş), çocuklar basit görevlerle sorumluluk duygusu kazanmaya başlarlar. Oyuncaklarını toplamak veya aile bireylerine yardım etmek gibi temel görevler, onların bağımsızlık hissini artırır. Bu yaş grubundaki çocuklara verilebilecek sorumluluklar;

- Ufak kazalarla da olsa kendi başına yemek yeme,
- Yardımla giyinip soyunma,
- Tek başına uyuyabilme,
- Oyuncaklarını toplama/koruma
- Sofra kurmaya yardım etme,
- Toz alma gibi basit ev işlerine yardım etme,
- El-yüz temizliğini yapma,
- Hayvan besleme,
- Yardımla eşya yerleştirme,
- Eşyalarını koruma,
- Odasını/eşyalarını toplama,
- Kendi başına giyinme,
- Burnunu silme,
- Diş fırçalama,
- Sofra kurmaya yardım etme,
- Sofrayı toparlama,
- Basit yiyeceklerin hazırlanmasına yardımcı olma,
- Yatağını düzeltme,
- Basit ev işlerine yardımcı olma,
- Sofra kurma ve toparlama,
- Tek başına giyinip soyunma,
- Ev işlerine yardım etme,
- Yatağını düzeltme,
- Yemek hazırlanırken yıkama, getir/götür gibi işlere yardımcı olma,
- Yardımla çantasını hazırlama,
- Ödevlerini yapma (çoğu zaman yardımla olabilir)

İlkokul Dönemi

İlkokul döneminde (6-10 yaş), çocuklar sorumluluk almak için daha karmaşık görevler üstlenirler. Ödevlerini yapmak, ev işlerine yardımcı olmak gibi sorumlulukları yerine getirerek planlama ve zaman yönetimi becerileri geliştirirler. Bu yaş grubundaki çocuklara verilebilecek sorumluluklar;

- Çantasını kendi başına hazırlama,
- Ödevlerini yapma,
- Okul araç gereçlerini koruma ve sahip çıkma,
- Basit alışveriş işlerini yapma,
- Alarm ile kendi başına kalkma,
- Tablet, televizyon vb. ile ilgili konulan saat kurallarına uyma,
- Gelişimine göre olan diğer ev işleri,
- Banyo yaptırılırken özel bölgelerini temizleyebilme,
- Alarm ile kendi başına uyanma,
- Hatırlatmadan öz bakımını yerine getirme,
- Tek başına banyo yapabilme,
- Dolabını, kitaplığını vs. toplama ve düzenli tutma

Ortaokul Dönemi

Ortaokul döneminde (11-14 yaş), çocuklar sosyal ve akademik görevlerle daha fazla sorumluluk taşırlar. Gruplar halinde projeler hazırlamak ve kendilerine ait hedefler belirlemek, özgüvenlerini artırır. Bu yaş grubundaki çocuklara verilebilecek sorumluluklar;



Ödevlerinin oturma/takip etme, • Hatırlatılmadan ders çalışma, • Kardeşlerine yardımcı olma, • Bulaşık makinesini yerleştirme, • Ayakkabı bağlama, • Gelişimine göre olan diğer ev işleri • Alışveriş yapma, • Basit yaralanmalarla başa çıkma, • Yatak çarşafı, örtüsü vs. kendi başına değiştirme

Liseye Hazırlık

Lise hazırlık döneminde (15-18 yaş), gençler hayatlarının kontrolünü ele almayı öğrenirler. Kendi çalışma programlarını oluşturmak ve sosyal sorumluluk projelerine katılmak, onların hem bireysel hem de sosyal gelişimlerine katkı sağlar. Bu yaş grubundaki çocuklara verilebilecek sorumluluklar;

- Hatırlatmaya ihtiyaç duymadan görevlerini yerine getirme,
- Para biriktirerek uzun vadede almak istediklerini planlama
- Gelişimine göre olan diğer ev işleri

Sorumluluk Geliştirme Yöntemleri

Çocukların sorumluluk bilincini geliştirmek için çeşitli yöntemler kullanılabilir. Oyunlar, görevler, projeler ve modeller gibi stratejiler bu sürecin temel bileşenleridir.

Oyunlar, çocuklara sorumluluk duygusunu eğlenceli bir şekilde öğretir. Grup oyunları, takım çalışmasını ve sorumluluk paylaşımını pekiştirir. Ayrıca, strateji gerektiren oyunlar bireysel karar alma becerilerini geliştirir. Çocuklara günlük görevler vermek, onların sorumluluk alma kapasitesini artırır. Temizlik, yemek hazırlamak gibi basit görevler, çocukların bağımsızlık ve güven duygusunu besler.

Proje tabanlı öğrenme, çocuklara sorumluluk bilinci kazandırmak için etkilidir. İnteraktif projeler, çocukları grup içinde çalışmaya ve sorumluluk üstlenmeye yönlendirir.



Çocuklar, çevrelerinden ve ailelerinden rol modeller alır. Ebeveynlerin ve öğretmenlerin, sorumluluk sahibi davranışları sergilemesi, çocukların bu davranışları içselleştirmesine yardımcı olur.

Sorumluluklarını yerine getiren çocuklar;

- Yapması gereken görevler için hatırlatmaya çok az ihtiyaç duyar.
- Ailesi ile güçlü iletişim kurar.
- Kendi kararlarını kendisi verebilen bir birey olur.
- Özgüven duygusu gelişir.
- Başkalarına bağımlılığı azalır, kendi ayakları üzerinde durur.
- Kendini ifade eder, sorunlarını kendi başına çözebilir.
- Gerçek hayata hazırlanmış olur.
- Zamanı planlamayı öğrenir, gelecekte ev, iş ve sosyal hayatı arasında denge kurabilir.
- Bu dengeyi kurarak yetişkinlikte psikolojik sağlamlığını artırır.
- Hatalarından ders çıkarır.
- Davranışlarının sonuçlarına katlanmayı öğrenir.
- Çevresinde kendinden başka insanların olduğunu fark eder.
- Özellikle ev işleri ile ilgili sorumluluklar; dikkat, zaman yönetimi, koordinasyon ve planlama becerisi, öz disiplin vb. becerilerin gelişmesini destekler.

Ebeveynlerin Rolü

Ebeveynlerin çocuklara sorumluluk bilinci kazandırma sürecindeki etkisi büyüktür. İletişim tarzları, örnek olma durumları ve rehberlik faaliyetleri, çocukların sorumluluklarını anlamalarını ve benimsemelerini destekler. Ebeveynler, çocuklara açık ve etkili iletişim kurarak, onların sorumluluk anlayışlarını geliştirebilir. Sıkça sorular sorarak, çocukların

düşüncelerini paylaşmalarını ve sorumluluk anlamalarını desteklemek önemlidir. Ebeveynler, kendi davranışları ile çocuklarına örnek olmalıdır. Günlük yaşantılarında sorumluluk alarak, çocukların bu değerleri benimsemesine yardımcı olurlar. Ebeveynlerin çocuklarına verdiği rehberlik, sorumluluk bilincini pekiştirir. Çocukların karar verme süreçlerinde yanlarında olmak, onların güvenli bir şekilde sorumluluk almalarına yardımcı olur. Çocuklara sorumluluk bilinci kazandırmak için günlük sorumluluk listeleri, başarıların takibi ve geri bildirim süreçleri etkili yöntemlerdir. Bu stratejiler, çocukların sorumluluklarını anlamalarına ve yerine getirmelerine yardımcı olur. Günlük sorumluluk listeleri yapılarak çocukların görevlerini organize etmelerine ve planlamalarına yardımcı olur. Bu yöntem, çocukların kendi sorumluluklarını yönetme becerisini geliştirmelerine olanak tanır. Başarılarının takibi yapılarak, çocukların çabalarını görselleştirmesine ve başarı hissini pekiştirilmesine yardımcı olur. Ödüller ve teşvikler ile desteklenen bu süreç, sorumluluk alma isteğini artırır. Geri bildirim verilerek çocukların kendi sorumluluklarını nasıl yerine getirdiklerini anlamalarına yardım eder. Düzenli değerlendirme süreçleri, gelişimlerini görmek ve gelecekteki hedefleri belirlemek açısından kritiktir. Çocuklarımız için uyguladığımız olumlu davranış geliştirme yöntemleri onlara sorumluluk bilinci kazandırmada oldukça önemlidir.

KİTAP ÖNERİSİ:

DR. ÖZGÜR BOLAT
"BENİ ÖDÜLE CEZALANDIRMA"



YKS HAZIRLIK SÜRECİNİ ETKİLEYEN ÇEVRESEL FAKTÖRLER *ve* BU FAKTÖRLERİN DÜZENLENMESİ



Asena KAVGACI
Psikolojik Danışman ve Rehber Öğretmen
Trabzon BİL Koleji

Yükseköğretim Kurumları Sınavı (YKS) hazırlık süreci, öğrencilerin yaşam döngüsünde önemli bir zaman dilimini kapsayan, içerisinde birçok etkeni barındıran, dönüm noktası niteliğinde uzun bir süreçtir. Sınava hazırlık sürecinde öğrencilerin akademik çalışmalara yoğunlaşması daha ön planda olarak gözüktse de bu süreçte başarı yalnızca öğrencilerin bireysel çabalarıyla değil aynı zamanda bazı çevresel faktörlerle de ilgilidir ve akademik başarı üzerinde doğrudan etkisi olan bu faktörlerin de göz ardı edilmemesi gerekir. Öğrencilerin var olan potansiyellerini doğru bir şekilde performansla dönüştürebilmesi için bu etmenlerin üzerinde mutlaka durulmalı ve gerekli düzenlemeler yapılmalıdır. Aksi takdirde potansiyeli veya çalışmaları düzeyinde başarının sağlanamaması durumuyla karşı karşıya kalınabilir. Çevresel faktörler fiziksel ortamdan sosyal ilişkilere kadar geniş bir yelpazeyi kapsar. Bu yazımızda sınav sürecinde öğrencilerin akademik başarıları üzerinde etkisi olabileceği düşünülen çevresel faktörler üzerinde duracağız. Peki öğrencilerimizi sınav senesinde etkileyebilecek çevresel faktörler nelerdir? Bu faktörleri nasıl düzenleyebiliriz?

FİZİKSEL ORTAM: Öğrencilerin çalışmalarını yapacağı ortamın düzenli olması konsantrasyonları üzerinde doğrudan etkilidir.

Dağınık ve rahatsız edici bir ortam, dikkat dağınıcı unsurların çalışma ortamında bulunması öğrencinin derse odaklanmasını zorlaştırır ve dikkatini toplamaya uzun zaman

alır. Bu sebeple öğrencilerin ders çalışacağı alan gürültüden uzak, yeterince aydınlık ve dikkat dağınıcı unsurlardan arınmış bir şekilde düzenlenmelidir.

AİLE: Aile , öğrencilerin sadece sınav yılında değil tüm hayatı boyunca en çok etkileşim halinde olduğu etmenlerin başında gelir. Aile ortamının çatışmadan uzak, huzurlu, hoşgörülü olması öğrencilerin dikkatini tamamen çalışmalarına vermesi noktasında etkili olacaktır. Sınav süreci yalnızca öğrenciler üzerinde değil, aynı zamanda ebeveynler üzerinde de kaygı yaratabilmektedir. Bu kaygı ise bazı durumlarda ebeveynlerin anne-baba rolünden uzaklaşıp gereğinden fazla bir otorite kurma girişimine sebep olabilmekte, bu durum da anne-baba-çocuk arasında çatışma doğurmaktadır. Bu noktada ailelere düşün; öğrenci için ev ortamında uygun çalışma şartlarının oluştuğundan ve öğrenciye gereken materyallerin sağlandığından emin olmaktır. Öğrenciye takip edildiği, önemsendiği izlenimi verildikten sonra sınava hazırlık aşamasında öğrenciyle ilgilenen tüm birimlerle iletişim halinde olarak, iş birliği içerisinde bir süreç yönetilmelidir. Bu süreçte düzenlemeler yapılmalı, fakat aile rutinlerine devam etmelidir. Evde gündemin tamamen 'sınav odaklı' olması öğrencide ve ailede süregiden bir kaygı ve gerginlik durumuna sebep olabilir, bu da öğrencilerin akademik başarılarını olumsuz etkileyebilir.





OKUL: Öğrencilerin aile ortamından sonra en çok vakit geçirdiği, eğitim öğretim faaliyetlerini gerçekleştirdiği ve hayata ilişkin deneyimler kazandığı yer okuldur. Sınava hazırlık senesinde de bu durum devam eder. YKS sürecinde

öğrencilerin sınava yönelik bilgi ve becerileri kazanması, gerekli donanımı edinmesi, sınava dair teknikleri uygulayabilmesi ve psikolojik olarak sürece hazırlanması, süreci yönetebilmesi çok önemlidir ve okul ortamında tüm bunların öğrenci için sağlanması beklenir.

SOSYAL ÇEVRE VE ARKADAŞ ORTAMI :

Sınava hazırlanan öğrenciler bulundukları gelişim dönemi nedeniyle bir kimlik arayışı içindedir ve sosyal çevre, arkadaşlık ilişkilerinden etkilenmeye çok müsaittir.



Ailelerin ve öğretmenlerin beklentileri sınava hazırlanan bir öğrencinin temel odağında sınava hazırlık sürecinin olmasıdır, fakat bazı zamanlarda öğrencinin odağının arkadaşlık ilişkilerinin ve sosyal çevrenin etkisinde kaldığı görülebilmektedir. Bu noktada öğrencinin psikososyal gelişim evresi göz önünde bulundurulmalı ve yargılayıcı ifadelerden uzak durulmalıdır. Öğrencinin okul ortamında veya diğer alanlarda kurduğu arkadaşlık ilişkileri aileler ve öğretmenler tarafından takip edilmeli, gözlem altında tutulmalıdır. Sosyal çevresinin öğrenciye zarar verdiği, akademik odaktan uzaklaştırdığı gibi bir izlenim edinildiğinde iş birliği içerisinde hareket edilip bu konu öğrenciye gelişim dönemine uygun bir şekilde fark ettirilmeye çalışılmalıdır. Bunun tam tersi olarak destekleyici bir arkadaş ortamı öğrencilerin motivasyonu üzerinde olumlu bir etki sağlayarak, zorlayıcı durumların üstesinden gelmesini kolaylaştırabilir.



SOSYAL MEDYA: Sosyal medya günümüzde yalnızca öğrencilerin değil, yetişkinlerin hayatında da oldukça büyük bir yer edinmektedir. Günümüzde sınava hazırlık aşamasında olan bir öğrencinin ve ailesinin gündeminde en çok yer edinen konulardan birisi telefon/tablet/bilgisayar ve bu materyaller aracılığıyla erişilebilen sosyal

medya hesapları ve oyunlardır. Öğrencilerin bu noktada problem yaşadıkları en önemli konulardan birisi zaman yönetimidir. Öğrenciler günlük yaşam, sınava hazırlık, sosyal hayat ve sosyal medya arasındaki dengeyi kurmakta ve bu noktada irade göstermekte zorlanabilmektedir. Sosyal medya araçları bazı durumlarda aileler tarafından bir ceza aracı olarak kullanılabilir. Aileler, öğrencilerin gereken sorumlulukları yerine getirmedikleri durumlarda teknolojik alet kullanımını yasaklayabilmektedir. Bu tarz durumlarda elde edilen sonuç iyi gözlemlenmelidir çünkü öğrenciyi istediği şeylerden uzaklaştırmak negatif bir amaçtır ve negatif amaçlar öğrenciye 'neyi yapması gerektiğini' değil 'neyi yapmaması gerektiğini' ifade eder. Gelişimsel olarak öğrenciler doğru olanı nasıl yapmaları gerektiği konusunda örneklerle ihtiyaç duyarlar. Kısacası teknolojik aletler konusunda öğrenciyi cezalandırmak sorunu temelinden çözmeyebilir. Öğrenciye mutlaka bunun yerine neler yapılabileceği konusunda rehberlik edilmesi gerekir. Tüm bunların yanında teknolojinin yalnızca olumsuz yönlerine odaklanmamak gerektiğini de hatırlatmakta fayda var. Günümüzde birçok öğrenci teknolojik aletleri ve interneti YKS hazırlık sürecinde bir kaynak olarak kullanmaktadır. Bu kaynakların doğru yöntemlerle ve doğru zamanlamayla kullanılması konusunda öğrenciler mutlaka bilgilendirilmelidir. Sonuç olarak YKS hazırlık sürecinde çevresel etmenlerin etkisi oldukça büyüktür. Bu faktörleri bilinçli ve işlevsel bir şekilde düzenlemek öğrencilerin başarısını artırır. Hem fiziksel hem de sosyal çevrenin olumlu bir şekilde yapılandırılması, psikolojik dayanıklılığı ve motivasyonu artırarak hedeflenen başarıya ulaşmada önemli bir rol oynar.



Akran Zorbalığında Gizli Silah: Çocuğunuzun Yanındaki Destek Gücü Kim?



Havvanur AKYILDIZ
Rehber Öğretmen
Çorlu BİL Koleji

Her ebeveynin en büyük arzusu, çocuğunun güvenli ve mutlu bir ortamda büyümesidir. Ebeveynler bu ortamı her ne kadar aile ortamlarında sağlasalar da, çocukların ancak okul çağı geldiğinde dış çevrenin çocuk üzerindeki büyük etkisini fark etmeye başlarlar. Çocuk, okul ortamında farklı arkadaşlar ve farklı davranışlar gördükçe değişmeye ve karakter olarak gelişmeye başlar. Bu değişimler bazen olumlu yönde olurken, bazı zamanlarda negatif çıktılarla çıkar ebeveynlerin karşısına.

Okul ortamında karşılaşılan negatif çıktılardan bir tanesi akran zorbalığıdır. Zorbalık, bir çocuğun diğer bir çocuğa kasıtlı olarak zarar vermesini, onu rahatsız etmesini veya dışlamasını ifade eder. Peki, akran zorbalığı ne çapta etkileri olabilecek bir durumdur? Öncelikle şunu bilmeliyiz ki, akran zorbalığında tek mağdur zorbalığa maruz kalan

değildir, zorbalığı gerçekleştiren de en az maruz kalan kadar mağdurdur. Çünkü biliyoruz ki her zorba da kendi içinde bir kurbandır. Gerek sosyal hayatı, gerek aile hayatı 'zorba' kişinin bunu yapmasını zorunlu kılmıştır. Peki zorbalığa maruz kalan çocuklar ne gibi sorunlar yaşarlar? Zorbalığa maruz kalan çocuklar kendilerini güvensiz, değersiz ve yalnız hissedebilirler. Özellikle okulda sık sık zorbalığa uğrayan çocuklar derslerden uzaklaşma, özgüven kaybı, kaygı bozuklukları ve hatta depresyon gibi olumsuz durumlarla karşı karşıya kalabilirler. Bu çocukların çoğu, zorbalığa maruz kaldıklarını aileleri ya da öğretmenleri ile paylaşmaktan çekinirler. Bunun temel nedeni, kendilerini ifade etmekte zorlanmaları veya bu durumu anlatırken kendilerini güçsüz hissetmeleridir. Bu kadar yoğun etkilere sahip olan zorbalığı nasıl alt edebiliriz? İşte bu noktada karşımıza akran danışmanlığı çıkmaktadır. Akran danışmanlığı son yıllarda zorbalığa maruz kalan çocukları desteklemek ve zorbalık yapan öğrencileri eğitmek için ortaya çıkmış yeni ve etkili bir yöntemdir. Bu yöntem, zorbalıkla mücadelede kullanılan ve çocuklar arasında dayanışmayı ve empatiyi artırmayı amaçlayan bir yaklaşımdır. Bu sistemde akran zorbalığı konusunda farkındalık sahibi olan ve eğitilmiş öğrenciler, diğer öğrencilere destek olmak amacıyla "akran danışmanı" olarak görevlendirilirler. Bu akran danışmanları, zorbalığa uğrayan çocukların yanında olur ve onların yaşadığı sorunları anlayarak, onlara destek sunarlar. Akran danışmanlarının rolü sadece zorbalığa uğrayan çocukları desteklemekle sınırlı değildir; aynı zamanda zorbalık eğilimi gösteren öğrencilere de yardımcı olurlar. Bu öğrencilerle yapıcı bir diyalog kurarak, zorbalık davranışının olumsuz



etkilerini anlamalarını ve bu tür davranışlardan kaçınmalarını sağlarlar. Bu yaklaşım, zorbalık yapan çocukların davranışlarını değiştirmeleri konusunda önemli bir etki yaratır. Böylece zorbalık yapan ve zorbalığa uğrayan çocuklar arasında sağlıklı bir iletişim köprüsü kurulur. Akran danışmanlığının zorbalıkla mücadelede sağladığı en büyük faydalardan biri ise çocukların yaşlıları tarafından desteklenerek kendilerini güvende hissetmeleridir. Bir çocuğun, sorunlarını yaşlılarıyla paylaşarak çözüme ulaşması, onu yalnız hissetmekten alıkoyar ve zorbalığa karşı dirençli hale getirir. Ayrıca, çocukların yaşlılarından aldığı destek, özgüvenlerini artırır ve kendilerini daha değerli hissetmelerine katkıda bulunur. Akran danışmanlığı sayesinde öğrenciler empati ve dayanışma duygularını geliştirme fırsatı bulurlar. Özellikle zorbalık yapan çocuklar, davranışlarının başkaları üzerinde nasıl bir etki yarattığını daha iyi anlar ve bu davranışlarını sorgulamaya başlarlar. Akran danışmanlarının yardımıyla bu çocuklar, kendilerini ifade etmenin daha yapıcı yollarını öğrenirler ve sosyal becerilerini geliştirirler. Bu sayede okul ortamında daha pozitif bir iklim oluşur ve

çocuklar kendilerini daha güvende hissederler. Akran zorbalığı, çocukların hayatında iz bırakabilecek kadar önemli bir sorun olsa da, akran danışmanlığı sayesinde bu sorunla başa çıkmak mümkündür. Kısaca akran danışmanları 'zorba' öğrenciye rol model olurken 'mağdur' olan öğrenciye ise merhem olmaktadır.

Özetleyecek olursak, akran danışmanlığı, çocuklarımızın yalnız olmadığını hissetmelerini sağlayarak zorbalığın olumsuz etkilerini azaltır. Bu sistemin etkin bir şekilde uygulanabilmesi için ebeveynlerin, öğretmenlerin ve okul yönetimlerinin birlikte hareket etmesi, çocukların yanında yer alması gerekmektedir. Zorbalıkla mücadelede çocuklarımızın kendilerini güvende ve değerli hissetmeleri, onların sağlıklı bireyler olarak yetişmelerine katkıda bulunacaktır. Çocuklarımızın güvenli bir eğitim hayatı sürdürmelerini sağlamak sadece bugünün değil, geleceğin güçlü bireylerini yetiştirmek anlamına gelir. Unutmayalım ki, çocuklarımıza güvenli bir ortam sunmak, onların mutlu, sağlıklı ve kendine güvenen bireyler olarak yetişmeleri için atacağımız en önemli adımdır.





BİL EĞİTİM KURUMLARI

BİL KOLEJİ • BİL KURS • BİL ÇOCUK ÜNİVERSİTESİ ANAOKULU