

Akran Baskısı Nedir?

Akran baskısı, çocukların arkadaşları tarafından belirli bir davranışa veya tutuma zorlanmasıdır. Bu baskı, olumlu veya olumsuz olabilir.

Örnekler:

- Arkadaşlarının sigara içmesini istemesi.
- Bir etkinliğe katılma konusunda zorlanma.



Akran Baskısının Belirtileri

- Davranış Değişiklikleri:
- Ani ruh hali değişiklikleri.
- Okul başarısında düşüş.

Sosyal İlişkilerdeki Değişiklikler:

- Yeni arkadaş gruplarına katılma.
- Aile ile iletişimde azalma.



Akran Baskısı: Çocuklarınızı Koruyun

Ebeveynler Ne Yapabilir?

Açık İletişim Kurun:

- Çocuklarınızla düzenli olarak konuşun.
- Duygularını paylaşmalarını teşvik edin.
- Farkındalık Yaratın:
- Akran baskısının ne olduğunu ve nasıl hissedildiğini anlatın.

Pozitif Arkadaşlık İlişkilerini Teşvik Edin:

- Sağlıklı arkadaşlıkların önemini vurgulayın.

Karar Verme Becerilerini Geliştirin:

- Çocuklarınıza kendi kararlarını verme konusunda destek olun.



Gaziosmanpaşa Rehberlik ve
Araştırma Merkezi

Rehberlik ve Psikolojik
Danışmanlık Bölümü



Çocuklara Nasıl Yardımcı Olunur?

Özgüven Geliştirme:

- Çocuklarınıza yeteneklerini keşfetmeleri için fırsatlar sunun.

Karar Verme Becerilerini Güçlendirme:

- Günlük yaşamda küçük kararlar almalarına yardımcı olun.

Destek Kaynakları

- Okul Rehberlik Hizmetleri: Okulunuzun rehberlik servisi ile iletişime geçin.
- Aile Terapisi veya Danışmanlık Hizmetleri: Profesyonel destek almayı düşünün.
- Yerel Topluluk Programları: Aileler için düzenlenen etkinliklere katılın.

