



NİLÜFER REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

2023-2024 NİSAN AYI BÜLTENİ

OKULLARDA AKRAN NEZAKETİ



Nezaket Nedir? Akran Nezaketi Nedir?

Saygıyı ve incelikli davranışı aynı anda ifade eden nezaket kavramı, aile ortamında ve erken yaşlarda öğrenilir. Kibar olduğumuz ve merhametli davrandığımız zaman büyüklerimiz tarafından takdir ediliriz. Bize nasıl davranılmasını istiyorsak başkalarına da öyle davranmamız tavsiyesiyle yetiştiriliriz.

Okulların, bu kavramı aile içinde edinmiş öğrencilerin pekiştirmesine, edinmemiş olanların öğrenmesine katkısı büyüktür.

Çeşitli içsel ve dışsal nedenlerle, nezaketin hayatımızdaki etkisini unutabilir, özensiz davranabiliriz. Halbuki nezaket kolaylıkla gösterilebilir, üstelik bulaşıcıdır ve dünyayı daha iyi bir yer yapma potansiyeline sahiptir.

“Akran Nezaketi” okullarda öğrencilerin birbirlerine saygılı ve incelikli davranmalarını ifade eder.



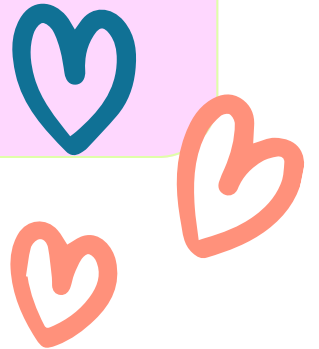
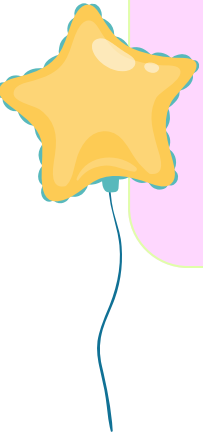


“Akran Zorbalığı”ndan “Akran Nezaketi”ne doğru...

Okul sürecinin, öğrenciye, akademik öğrenme katkısı kadar, olumlu davranışları kazandırması ve iyi bir karakter gelişimini desteklemesi gerekir.

Son zamanlarda artan bir şekilde “akran zorbalığı” kavramı gündemimizde yer etmektedir. Akran zorbalığı; okullarda bir ya da birkaç çocuğun bir başka çocuğa karşı, kasıtlı- tekrarlayan-güç eşitsizliği olan bir şekilde yaptığı saldırgan davranışlar olarak tanımlanmaktadır. Bu olumsuz davranışları önlemek için yoğun bir şekilde çaba harcanmaktadır.

Pek çok nedenden dolayı tüm öğrenciler olumsuz davranışları önleme stratejilerine eşit şekilde yanıt vermezler. Zorbalığı önleme konusunda bazı okullar kendi mücadele politikasını oluştururken, bazıları Olumlu Davranışsal Müdahaleler ve Destek sistemi (PBIS) gibi yapılandırılmış sistemlerden yararlanmaktadır.



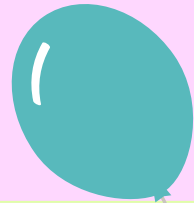


Neden "Akran Nezaketi" kavramını kullanmalıyız?

Zorbalık gibi zararlı davranışların çoğunluğu, çevredekilerin, akranların ve hatta mağdurun dikkatini, övgüsünü veya sosyal statüsünü kazanmak için gerçekleşir. Zorbalık yapan kişilerin ve zorba davranışın hakkında sürekli konuşulması bu amacı gerçekleştirmeye yarayacağından sakıncalıdır.

Eğitimde genel bir prensip olarak öğretmek istediğimizi ön plana çıkarmalı, çokça anmalıyız. Zorbalık yerine Nezaket vurgusu yapmak, doğru davranışı yaygınlaştırmada etkili olabilir... Akran Nezaketi kavramı ve bununla ilgili çalışmaların okullarımızda artması bunun için önemli...

Öncelikle davranış düzenlemenin, MEB Disiplin Yönetmeliğini okuyup öğrencilerin gözünü korkutmak olmadığı konusunda hemfikir olmalıyız. Bu yönetmeliğin aynı zamanda Ödül Yönetmeliği olduğunu hatırlamalı, bu anlayışı öğrenci ve velilerimize de yerleştirmeliyiz.





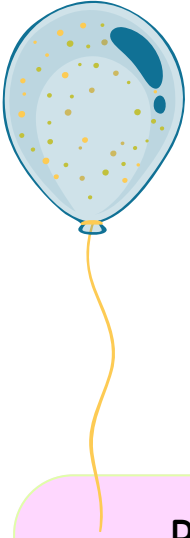
Akran Nezaketi'ni okullarda yerleřtirmek

Davranış dzenlemeyi daha çok; önleyici rehberlik, sosyal duygusal destek ve olumlu davranışı ön plana çıkarmak, başka bir deyişle öğrencilerin yapmalarını istemediğimiz davranışları değil, yapmalarını beklediğimiz davranışları ifade etmek olarak ele almalıyız.

“Birbirimize karşı saygılı olmalıyız.” gibi bir okul kuralınız varsa, saygının ne anlama geldiği ile ilgili varsayımda bulunmamak ve ğretmen-ğrenci, ğrenci-ğrenci iletişimlerinde saygıdan ne anladığınızı açıklamak, beklentileri ortak görüşle oluşturmak önemli.

Kavramların açık, beklenen davranışın net olduğu bir okul kültüründe olumlu davranışların ön plana çıkarılması, takdir görmesi, özendirilmesi **iyiliğin** kartopu etkisiyle büyümesini sağlayacaktır.

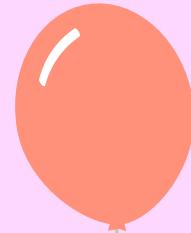




Akran Nezaketi konusunda okullarımızda neler yapabiliriz?

Projelerle öğrenci ve velilerimizde dolayısıyla toplumda farkındalık yaratmak, öğrencilerimize görevler vererek bu konuda aktif kılmak, panolar hazırlayarak hatırlatıcı olmasını sağlamak, "akran nezaketi" temalı sanat ve spor yarışmaları düzenlemek, tören ve toplantılarda gündeme getirmek, okulumuz/sınıfımız için nezaketle ilgili beklentilerimizi içeren içerik oluşturmak ve paydaşları bilgilendirmek, sloganlar üretmek vb. gibi çalışmalarla "Akran Nezaketi" ni okul kültürümüze yerleştirebiliriz.

Ayrıca aşağıda bulunan "Nezaket göstermenin 10 kolay yolunu" öğrencilerinizle paylaşabilirsiniz...



NEZAKET GÖSTERMENİN 10 KOLAY YOLU



1- Başkalarına odaklanın

Dikkatinizi kendinizden çekip başkalarına yönelterek işe başlayabilirsiniz. Zira nazik davranmak her şeyden önce diğer insanları ve onların ihtiyaçlarını görmeyi, onlara anlayış ve merhamet göstermeyi içerir.



2- Yardım edin

Başkalarından yardım istemek çoğu zaman dünyanın en zor şeyidir. Ama başkalarına kolaylıkla yardım etmenin pek çok yolu vardır. Örneğin, yaşlı komşunuzun market alışverişini yapabilir, iş arkadaşınıza projesinde yardım edebilir, arkadaşlarınızdan veya ailenizden birine günlük mesajlar atabilir, toplu mekanlara giriş çıkışlarda kapıyı tanımadığınız birisi için açık tutabilir veya bağıшта bulunabilirsiniz.



3- Dinleyin

İyi bir dinleyici olmak genellikle hafife alınır. Aktif dinlemeyi her zaman başaramayız ve çoğu zaman cevap vermek için dinleriz. Oysa muhatabınızı gerçekten dinlediğiniz zaman onun stres, baskı ve endişe gibi duygularını azaltabilirsiniz. Bu arada iyi bir dinleyici olmanın tam bir dikkat gerektirdiğini de unutmayın.



4- Küçük hediyeler verin

Küçük paketler büyük anlamlar taşıyabilir. Yakınlarınız için, onların sevdiği atıştırmalıklardan, okumak istedikleri kitaplardan, beğendiklerinden oluşan küçük hediye paketleri hazırlayabilirsiniz.



5- İletişimde kalın

Bu kadar iletişim aracı varken ailenizi ve arkadaşlarınızı arayıp sormamanızın bir bahanesi olabilir mi? Mesaj atarak veya telefon ederek onları düşündüğünüzü ve önemsedığınızı gösterebilirsiniz. Tabi yüz yüze görüşmenin teknolojik imkânların veremediği derinliği sunduğunu akılda tutmak kaydıyla.

NEZAKET GÖSTERMENİN 10 KOLAY YOLU



6- Her zaman iyimser olun

Daima bardağın dolu tarafına odaklanın. Pozitif bir düşünce içerisinde olmak ve olaylara iyimser bir gözle bakmak çevrenizdekilerin enerjisine de olumlu şekilde yansiyacaktır.



7- Gülümseyin ve selam verin

Biri size gülümsese ya da selam verse ne yaparsınız? Siz de ona gülümser ve selamınızı alırsınız değil mi? Çünkü gülümsemek ve selam vermek bulaşıcıdır üstelik zihin sağlığı açısından olumlu etkileri vardır. O hâlde siz de karşılaştığınız insanlara gülümseyin ve selam verin.



8- İltifat edin

Başkalarına iltifat etmek nezaket göstermenin en kolay yollarından biridir. İltifat duymak, insanlara görüldüğünü hissettirir, motivasyonu artırır ve endorfin salgılanmasına sebep olur.



9- Teşekkür etmekten ve özür dilemekten çekinmeyin

İçten gelen bir teşekkür ya da özür kırılmış gönülleri tamir ederken, uzaklaşmış kalpleri yakınlaştırır. Minnettarlık ve af dileme, yaptıklarınızın sorumluluğunu üstlendiğinizi ve karşınızdaki kişiye saygı duyduğunuzu gösterir.



10- Kendinize karşı nazik olun

Son olarak kendinize karşı şefkatli olmanın da başkalarına karşı nazik davranmak kadar önemli olduğunu unutmayın. Kendinizi olduğunuz gibi kabul etmenin ve olduğunuz kadarına rıza göstermenin yollarını arayın.