ÖZEL BİLİMSEV KOLEJİ İLKOKULU
2026-2027 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI

3 ve 4.SINIFLAR EKİM AYI REHBERLİK BÜLTENİ

ÖZEL BİLİMSEV KOLEJİ İLKOKULU
2026-2027 EĞİTİM ÖĞRETİM YILI

3. ve 4.SINIFLAR EKİM AYI REHBERLİK BÜLTENİ

Sevgili 3. ve 4. Sınıf Velilerimiz,

İlkokul yıllarının son evresi olan 3. ve 4. sınıflar, çocuklarımızın hem akademik hem de sosyal-duygusal gelişiminde çok önemli bir dönüm noktasına işaret eder. Bu yaş grubunda (8-10 yaş) çocuklar, erken çocukluk dönemindeki somut oyun paylaşımlarından sıyrılarak, arkadaşlıklarında daha derin sosyalleşme, grup aidiyeti ve sözel paylaşımlara yönelirler. Yetişkin onayının yanı sıra akran grubu tarafından kabul edilme ihtiyacı belirgin bir şekilde güçlenir.

Çocuklarımızın okul ortamında kendilerini güvende hissetmeleri, duygusal dayanıklılık kazanmaları ve öğrenme kapasitelerini en üst düzeyde kullanabilmeleri, sağlıklı akran ilişkilerine bağlıdır. Bu bültende; 3. ve 4. sınıf düzeyinde değişen arkadaşlık dinamiklerini, sınıflarda ve teneffüslerde karşılaşılan gruplaşmaları, olağan akran tartışmaları ile akran zorbalığı arasındaki kritik farkları, günümüzde öne çıkan dijital nezaketi ve evde uygulayabileceğiniz "akran koçluğu" yöntemlerini sizlerle paylaşıyoruz.

🌱 1. 8-10 YAŞ GRUBUNDA DEĞİŞEN AKRAN DİNAMİKLERİ VE GRUPLAŞMALAR

3. ve 4. sınıf öğrencilerinde akran ilişkileri daha karmaşık ve katmanlı bir yapı kazanır. Çocuklar artık yalnız oynamak ya da sadece yan yana durmakla kalmaz; ortak ilgi alanları, oyun tercihleri ve mizah anlayışları etrafında arkadaş grupları oluştururlar. Bu dönemde arkadaşlık ilişkilerinde şu belirgin gelişimsel adımlar göze çarpar:

- **Akran Onayının Öne Çıkması:** Çocuklar davranışlarını düzenlerken öğretmen ve ebeveyn kadar arkadaşlarının ne düşündüğünü de önemsemeye başlarlar.
- **İlişkisel ve Sözel Boyutun Güçlenmesi:** Fiziksel temas veya paylaşılamayan oyuncak kavgalarının yerini; laf taşıma, sır paylaşımı, grup içi kurallar ve "en yakın arkadaşım" tanımlamaları alır.
- **Aramıza Alma ve Dışlama Eğilimleri:** Grup aidiyeti geliştikçe, "bizim grup" ve "dışarıdakiler" ayrımı oluşabilir. Bu durum, farkında olmadan bazı çocukların oyuna alınmaması veya yalnız kalması riskini doğurabilir.

Rehberlik ve gelişim araştırmaları, çocukların aidiyet hissettiği ve güvende olduğu ortamlarda öğrenme beyninin aktifleştiğini, kaygı düzeyinin ise düştüğünü göstermektedir. Bu nedenle gruplaşmaların doğal bir arkadaş edinme süreci olarak kalması, dışlayıcı bir tutuma dönüşmemesi için yetişkin rehberliği büyük önem taşır.

🤝 2. AKRAN ÇATIŞMASI İLE AKRAN ZORBALIĞINI BİRBİRİNDEN AYIRMAK

Okul yaşamında çocukların anlaşmazlık yaşaması, tartışması veya bir konuda fikir ayrılığına düşmesi sosyal gelişimin doğal bir parçasıdır. Ancak ebeveynler ve eğitmenler olarak, yaşanan

olumsuz deneyimin anlık bir akran çatışması mı yoksa süreklilik gösteren bir akran zorbalığı mı olduğunu doğru tespit etmek son derece kritik bir adımdır.

Değerlendirme Ölçütü	Akran Çatışması	Akran Zorbalığı
Güç Dengesi	Taraflar eşit güçtedir (benzer yaş, fiziki ve sosyal konum).	Belirgin bir güç dengesizliği vardır (fiziksel, yaşça büyük olma veya grup gücü).
Niyet ve Sıklık	Anlık öfke veya anlaşmazlıkla doğar; süreklilik taşımaz.	Bilinçli, kasıtlı ve tekrarlayan bir şekilde uygulanır.
Pişmanlık ve Onarım	Anlaşmazlık sonrası pişmanlık duyulur; telafi etme çabası vardır.	Sorumluluk üstlenilmez; karşı tarafı suçlama ve devam ettirme görülür.
Duygusal Etki	Çocuk üzülebilir ancak genel güvende olma hissi sarsılmaz.	Hedef alınan çocukta korku, okula gitmek istememe ve yalnızlık oluşur.

📌 **REHBERLİK SERVİSİMİZİN NOTU:**
Anlık akran çatışmaları çocukların müzakere ve problem çözme becerisini geliştirir; yetişkin müdahalesi doğrudan çözüm üretmek yerine rehberlik etmek şeklinde olmalıdır. Ancak akran zorbalığı şüphesi varlığında okul yönetimi ve rehberlik servisiyle iletişime geçilmelidir.

💬 3. SÖZEL SINIRLAR VE "BEN DİLİ" İLE SAĞLIKLI İLETİŞİM

3. ve 4. sınıf düzeyinde akran nezaketinin temel taşlarından biri, çocukların kendi kişisel sınırlarını koruyabilmesi ve başkalarının sınırlarına saygı duyabilmesidir. Arkadaş grubunun baskısına karşı koyabilmek, "Hayır" diyebilmek ve istemediği bir tutuma uymak zorunda olmadığını bilmek hayati bir sosyal beceridir.

Çocuklarımıza evde ve okulda öğretebileceğimiz en etkili iletişim aracı "Ben Dili" kullanımıdır. Suçlayıcı ve saldırgan bir dil yerine ("Sen çok kaba birisin!") kendi duygusunu ve sınırını ifade eden bir dil ("Ben oyun oynarken sözümün kesilmesinden rahatsız oluyorum.") kullanmak çatışmaları büyümeden çözer.

🌷 **Çocuklarımıza Kazandırabileceğimiz Örnek Sınır Cümleleri:**

1. "Bu şakadan hoşlanmıyorum, lütfen tekrarlama."
2. "Şu an bu oyuna katılmak istemiyorum, kendim okuma yapacağım."
3. "Bana bu şekilde seslenilmesinden rahatsız oluyorum, ismimle hitap etmeni istiyorum."

🧱 4. ÇAĞIMIZIN İHTİYACI: DİJİTAL ALANLARDA NEZAKET VE ETİKET KURALLARI

Günümüzde 3. ve 4. sınıf öğrencileri, ödev grupları, WhatsApp arkadaş sohbetleri veya çevrim içi oyunlar aracılığıyla dijital dünyayla daha erken tanışmaktadır. Yüz yüze iletişimdeki mimikler ve ses tonu dijital ortamda kaybolduğu için, çocuklar farkında olmadan kırıcı ifadeler kullanabilmekte veya grup sohbetlerinden bir arkadaşını çıkararak "dijital dışlama" yapabilmektedir.

Dijital nezaket evde atılan bilinçli adımlarla başlar.

🔐 **Dijital Nezaket İçin Evde Belirlenecek Altın Kurallar:**

- **Büyük Harf ve Sert İfadeler:** Dijitalde büyük harfle yazmanın "bağırmak" anlamına geldiğini, mesaj yazarken kırıcı veya alaycı sözcükler kullanılmaması gerektiğini konuşun.

- **Grup Kuralları:** Ortak arkadaş ve ödev gruplarından birini izinsiz çıkarmanın veya gruba başkası hakkında olumsuz şeyler yazmanın akran nezaketine aykırı olduğunu açıklayın.
- **Ekran ve İçerik Paylaşımı:** Çocuğunuz dijital ortamda kendisini rahatsız eden, korkutan veya arkadaşlarının birbirine kaba davrandığı bir mesaj gördüğünde, bunu kızılmayacağını bilerek sizinle paylaşmasını sağlayın.

🏡 5. EVDE "AKRAN KOÇLUĞU": ANNE-BABALAR İÇİN SOMUT ADIMLAR

Çocuklar akran nezaketini ve empatiyi yalnızca nasihatlerden değil, ebeveynlerinin günlük yaşamındaki tutumlarından ve evdeki iletişim ortamından öğrenirler. Çocuğunuza bir sorun yaşadığında doğrudan müdahale edip onun yerine karar vermek yerine "akran koçluğu" yapmak, uzun vadeli sosyal beceri kazandırır.

💐 Evde Uygulayabileceğiniz Yöntemler:

1. Sakin ve Yargısız Dinleyin:

Çocuğunuz okulda yaşadığı bir arkadaşlık sorununu anlattığında hemen "Sen de ona öyle deseydin" ya da "Sana ne yaptın ki böyle oldu" demeyin. Anlattığı için teşekkür edin ve duygusunu aynalayın: "Arkadaşının seni oyuna çağırmaması seni gerçekten üzmüş ve kırılmış hissettirmiş."

2. Açık Uçlu Soru Sorma:

Çocuğunuzun olayı değerlendirmesine yardımcı olun. "Sence arkadaşın o an ne hissetmiş olabilir?", "Bu durumu daha farklı nasıl ifade edebilirdin?", "Bir dahaki sefere nasıl bir adım atabilirsin?" sorularıyla problem çözme yetisini destekleyin.

3. Model Olun:

Günlük hayatta komşularınıza, aile bireylerine ve dijital yazışmalarınıza gösterdiğiniz saygı ve nezaket, çocuğunuz için en güçlü rehberdir.

🌺 6. OKUL REHBERLİK SERVİSİ İŞ BİRLİĞİ

Okul öncesinden başlayan akran nezaketi yolculuğu, ilkokul 3. ve 4. sınıflarda olgunlaşan arkadaşlık bağlarıyla devam eder. Çocuğunuzun okul içinde uzun süren yalnızlık çektiğini, okula gelişlerde yoğun isteksizlik gösterdiğini veya belirgin duygu durum değişiklikleri yaşadığını gözlemliyorsanız, sınıf öğretmenimiz ve okul rehberlik servisimizle iletişime geçmekten çekinmeyiniz.

Birlikte atacağımız tutarlı ve yapıcı adımlar, çocuklarımızın güvenli, nazik ve kapsayıcı bir okul ortamında büyümelerini sağlayacaktır.

Sağlıklı, huzurlu ve arkadaşlık bağlarının güçlendiği bir okul yılı dileğimizle...

BİLİMSEV KOLEJİ

İlkokul Rehberlik ve Psikolojik Danışma Servisi