



# AKRAN BASKISI



Hazırlayan: Mertcan KÖK  
Psikolojik Danışman



## AKRAN BASKISI NEDİR?

Beraber bulunulan ortamlarda çocuğun bir şey yapması için arkadaşları tarafından zorlanması veya cesaretlendirilmesidir.



Peki sizler daha önce böyle bir durum yaşadınız mı ya da yaşıyor musunuz?

Çocuk veya ergen bu baskılara dayanamazsa veya boyun eğerse ne olur?

## AKRAN BASKISININ SONUÇLARI

Çocuklar çoğu zaman grubun içinde olduğundan, grupta bir yer ve kimlik kazanmak istediğinden akran baskısına direnç göstermekte zorlanabilir.

## Akran Baskısı

Endişe

Tavır

Depresyon

üşük öz güven

Performans

Duygusal çöküş

Mental stres

Davranış

## Zorbalık

Sözlü

Fiziksel

Psikolojik

İrk ya da din

Dış görünüş

Sosyal statü

Davranış

Siber



# RİSKLİ DURUMLAR

- Akran baskısı arttıkça riskli ve suç kabul edilen davranışları sergileme ihtimali artar.
- Sigara İçme
- Alkol / Madde Kullanma
- Okuldan Kaçma / Devamsızlık
- Okulda Başarısızlık
- Hırsızlık
- Çetelere Katılma
- Kavgaya Karışma / Saldırganlık
- Kesici / Delici Alet Taşıma



# AKRAN BASKISIYLA BAŐ ETME BECERİLERİ

- Akran baskısına boyun eğen kişiler genellikle özsaygısı gelişmemiş, yalnız kalmaktan çok korkan kişilerdir.
- Bu kişilerin;
  - Yetenek ve ilgilerini keşfetmesi,
  - Sosyalleşme becerilerini geliştirmesi,
  - Hayır deme alışkanlığı edinmesi,
  - Kendisini her türlü alanda geliştirip özgüven kazanması,
  - Karşısındaki kişiyle konuşurken sözsüz olmayan mesajlarla cesur imajı çizmelidir.



A man with short brown hair, wearing a black tank top and a white apron, is looking towards the left. In the foreground, there is a large, out-of-focus object that appears to be a piece of food, possibly a pizza or a sandwich, with a red sauce visible. The background shows a window with a wooden frame and some papers or documents hanging on the wall.

*Bugünlük bu kadar,  
limitleri zorlamayalım*