

Veli Bülteni



AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Akran zorbalığı bir ya da birden fazla öğrencinin başka bir öğrenciye/öğrencilere bilinçli, kasıtlı, sürekli ve tekrarlayıcı olarak zarar vermesidir. Bu durum hem zorbalığa uğrayan hem de zorbalık uygulayan çocuklar için olumsuz sonuçlar doğurmaktadır.

Akran zorbalığı saldırgan bir davranış türüdür ve 3 temel özelliği bulunmaktadır.

- Öğrenciler arasında güç dengesi yoktur.
- Karşı tarafa bilinçli ve kasıtlı zarar vermeyi amaçlar.
- Tekrarlayıcı ve sürekli.



AKRAN ZORBALIĞININ TÜRLERİ NELERDİR?

FİZİKSEL ZORBALIK: Vurmak, itmek, ısırarak, tükürmek, tekme atmak, çelme takmak, dürtmek gibi rahatsız edici davranışlar fiziksel zorbalığa örnektir.

SÖZEL ZORBALIK: Boy, kilo, ten rengi, diş yapısı gibi bedensel özellikler veya gözlük, kıyafet gibi dış görünüşü etkileyen tercih ve zorunluluklarla alay etmek, lakap takmak. Sözel tehdit, küfür, uygunsuz sözlerle hitap etmek ve bağırarak sözel zorbalığa örnektir.

SOSYAL ZORBALIK: Oyunlara almamak, grup dışında bırakmak, görmezden gelmek, diğer öğrencileri zorbalığa uğrayan öğrenciye karşı kışkırtmak, hakkında söylenti çıkarmak, haksız şikayetlerde bulunmak, çeşitli yerlere öğrenciyle alakalı olumsuz yazılar yazmak sosyal zorbalığa örnektir.

EŞYALARA ZORBALIK: Zorbalık yapılan öğrencinin eşyasını, yemeğini, parasını almak, zorla bir şeyler ısmarlatmak, eşyalarını izinsiz kullanmak eşyalara yapılan zorbalığa örnektir.

SİBER ZORBALIK: Rahatsız edici, uygunsuz mesaj atmak, fotoğraflarını izinsiz paylaşmak, sosyal medya hesabını ele geçirmek siber zorbalığa örnektir.



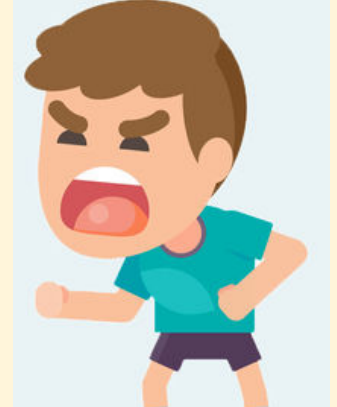
AKRAN ZORBALIĞINI NASIL ANLAYABİLİRİZ?

Çocuklar zorbalığa maruz kaldıklarını anne babalarına ya da öğretmenlerine doğrudan anlatmayabilirler. Yetişkinlerin onlara inanmayacağını, bu konuda bir şey yapmayacağını ya da yaşadıkları zorbalığı kendi hatalarımış gibi düşünebilirler. Yetişkinlere haber verdiğinde zorbalık yapan kişinin kendisini daha çok rahatsız edebileceğinden korkabilir, zorbalığa maruz kalmanın kendi hataları olduğu yanlışlığına kapılabilirler. Bazı belirtiler bize akran zorbalığı hakkında bilgi verir.

Zorbalığa Maruz Kalan Çocuklarda Gözlemlenen Etkileri

- Akademik başarıda düşüş
- Okula gitmeye karşı isteksizlik
- Arkadaşlık ilişkilerinde problemler, arkadaşlık kuramama
- Özellikle okul günlerinde baş ağrısı, karın ağrısı, mide bulantısı
- Düşük özgüven ve benlik saygısı
- Değersiz, üzgün, korku, endişeli hissetmesi

Çocuğunuzda fark ettiğiniz normal dışı, tekrarlayan olumsuz durumların nedeni akran zorbalığı olabilir. Bazı belirtiler zorbalık dışında yaşanan başka problemlerden de kaynaklanıyor olabilir. Yaşanan sorunun nedeni mutlaka araştırılmalıdır.



Zorbalık Yapan Çocuklarda Gözlemlenen Etkileri

Zorbalık yapan çocuklar yaptıkları hatayı yetişkinlerden tepki alacaklarını düşündükleri için rahatça ifade edemezler.

- Düşük akademik başarı
- Okul kurallarına uyumda güçlük
- Akranlarıyla, öğretmenleriyle ve yetişkinlerle ilişkilerde güçlük
- Arkadaşları tarafından dışlanma, kabul görmeme

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIK YAPIYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- ⌘ Çocuğunuzla hangi davranışının zorbalık olduğunu açıkça konuşun. Onlara olumsuz davranışlarıyla alakalı somut örnekler verin. Zorbalığın çocuklar üzerindeki olumsuz etkilerini anlatın.
- ⌘ Zorbalık davranışına onay vermediğinizi belirtin. Bu davranışı değiştirmesi için ona her zaman yardımcı olacağınızı, destekleyeceğinizi anlatın.
- ⌘ Çocuğunuzun bu olumsuz davranışları yapmasının altında yatan nedenleri onlarla konuşarak bulmaya çalışın. Bu nedenleri birlikte ortadan kaldırmaya çalışın. Alternatif hangi davranışları yapabileceğini birlikte bulun.
- ⌘ Çocuğunuzun sosyal ve duygusal becerilerini geliştirmesi konusunda destekleyin. (yaşına uygun etkinlikler, film, kitap, tiyatro, sportif faaliyetler, ilgi alanına uygun çeşitli kurslara yönlendirilebilir.)
- ⌘ Çocuğunuzun istenmeyen davranışları karşısında sakın kalın. Kesinlikle fiziksel veya sözel şiddet uygulamayın.

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA MARUZ KALİYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- ⌘ Çocuğunuzla konuşun ve onu destekleyin, onun yanında olduğunuzu ve ona yardım etmek istediğinizi belirtin.
- ⌘ Zorbaliğa maruz kalmanın onun bir hatası olmadığını açık bir şekilde ifade edin.
- ⌘ Çocuğunuzun kendisini etkili bir şekilde ifade edebilmesi ve sağlıklı arkadaşlık ilişkileri sürdürebilmesi için çalışmalar/etkinlikler/oyunlar planlayın.
- ⌘ Çocuğunuzun özgüvenini yeniden kazanması için çaba gösterin, olumlu ve güçlü özelliklerini vurgulayın.
- ⌘ Zorbaliğa nasıl karşı çıkabileceğine dair yöntemler geliştirin. Böyle bir durumda okulda kimden ve nasıl yardım isteyebileceğini konuşun.
- ⌘ Öğrenim gördüğü okulla mutlaka temasa geçin, rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerektiği zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

ÖNEMLİ !!! Çocuğunuzun, zorbalık yapan arkadaşını desteklememesi, zorbalığa maruz kalan arkadaşına yardımcı olması ve durumu güvendiği bir yetişkine anlatıp yardım istemesi konusunda cesaretlendirin.