



VELİ BÜLTENİ

"AKRAN ZORBALIĞI"



ŞEHİT MUSTAFA ÇUHADAR
ORTAOKULU/İMAMHATİP
ORTAOKULU
REHBERLİK SERVİSİ

AKRAN ZORBALIĞI

Akran zorbalığı, bir veya birden çok öğrencinin, kendilerinin daha güçsüz öğrencileri, **kasıtlı ve sürekli** olarak rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve kurbanın kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türüdür. Zorbalık, çatışma, şiddet veya münakaşadan farklıdır ve bir arkadaş anlaşmazlığı olduğu düşünülmemelidir. Zorbalık, erken yaşlarda öğrenciler arasında popüler olma, kendini kabul ettirme, sorun çözme-empati kurma gibi becerilerden yoksun olma, devamlı kaygı yaşama, fiziksel ceza yöntemi kullanan ailelerden gelme gibi çok çeşitli nedenler ile tetiklenebilmektedir.

ZORBALIĞIN ORTAYA ÇIKIŞ BIÇIMLERİ

Zorba öğrencilerin eylemleri farklı biçimlerde ortaya çıkabilir. Bunlardan bazıları şöyle sıralanabilir:

Fiziksel şiddet: Vurmak, itmek, saç çekmek, yumruk atmak, tekme atmak, kasıtlı olarak eşyalara zarar vermek, korkutarak bir başkasının eşyasını ya da parasını almak.

Sözel şiddet: Fiziksel özelliklerle alay etmek, isim takmak, hakaret etmek, küfür etmek, korkutmak, sindirmek, sataşmak, küçük düşürmek.

Sosyal yalıtım: Dışlamak, oyuna almamak, başkalarının söz konusu öğrenciyle arkadaş olmasına izin vermemek, hakkında yalan-yanlış söylentiler çıkarmak ve yaymak, çeşitli şekillerde kişinin kendisini kötü hissetmesine sebep olmak, tacizde bulunmak.

Akran Zorbaliğının Yeni Yüzü: Siber Zorbalık, 18 yaşından küçük herhangi bir çocuğun bir başka çocuk veya grup tarafından e-posta, Facebook, Twitter, Instagram vb. sosyal paylaşım platformları üzerinden veya doğrudan cep telefonlarına gelen sözlü veya yazılı mesajlarla rahatsız edilmesi, küçük düşürülmesi veya aşağılanmasıdır.

Zorbaliğın Yol Açtığı Sorunlar

Psikolojik sorunlar: Huzursuzluk, kaygı, panik, gerginlik hissi, yoğunlaşma bozukluğu vb. duygusal değişimlerle var olan sorunların artması, uyku sorunları, altını ıslatma, okul fobisi ve depresyon görülebilmektedir.

Akademik sorunlar: Okula uyumda bozulma, okulu güvensiz ve mutsuz bir yer olarak algılama, devamsızlığın artması, ders başarısında düşme vb.

Sosyal sorunlar: Sosyal ve duygusal yaşantıda problemler, arkadaşlık kurma ve arkadaşlığı sürdürmekte sıkıntı yaşama, olumsuz benlik algısı oluşturma, kendini ifade etmekte güçlük çekme, güvensizlik, yaşama ve içine kapanıklık, utangaçlık vb.

ÂİLELERE ÖNERİLER

1. Çocukların, özellikle saldırgan davranışlarla istediklerini yerine getirmelerine izin verilmemeli, bu tür davranışlar **pekiştirilmemelidir**. Çocuklar kızgın ve öfkeliyken onlarla tartışmamalı ve sakinleştikten sonra bu durum birlikte konuşularak değerlendirilmelidir.

2. Çocuklar, sosyal olgunluklarına uygun görevler verilerek **kendine güven duygusunun** gelişmesi de desteklenmelidir.

3. **Televizyon izlemesi sınırlandırılmalı**, hangi programları izlediği, hangi bilgisayar oyunlarını oynadığı ise kontrol edilmelidir. Seyredilen film ve yaşanan gerçek olaylar üzerinde mutlaka konuşulmalı, topluma uyan veya uymayan davranışlar çocukla birlikte değerlendirilmelidir.

4. Çocuklar, çeşitli **sosyal ve sportif alanlara yönlendirilmeli ve** onlara, hobilerini yapmaları için fırsatlar verilmelidir. Aileler, çocuklarıyla daha nitelikli zaman geçirmeli; zorbalık davranışlarına karşı dikkatli ve özenli olmalıdır. Kardeşler arasında böyle bir durum varsa mutlaka müdahale etmeli bu tür davranışlara izin verilmemelidir. Aileler çocuklarının diğer arkadaşlarının yanında popüler olması yönündeki arzularını, çocuklarına yansıtmamalıdır.

5. Aileler, çocuklarıyla sorgulayıcı nitelikte değil, paylaşım amacıyla sohbet etmeli, çocuklarının arkadaşlıklarını (kendisini üzen veya kızdıran) anlamaya çalışmalıdır. Anne ve baba çocuklarının bir arkadaşına zorbalık yaptığını öğrendiğinde, çocuklarını savunmamalı ve bu tür davranışları asla onaylamayacaklarını kesin bir dille belirtmelidir.

6. Çocuğun, **duygudaşlık** kurarak karşısındakinin zorba bir davranış karşısındaki duygusunu anlaması sağlanmalıdır. Zorbaliğın doğal bir davranış olmadığı vurgulanmalıdır.

7. **Davranışsal sorunların, en sağlıklı biçimde aile-okul-çocuk üçgeninde, öğretmenlerin, ebeveynlerin, rehberlik servisinin birbirleri ile iletişim halinde bulunarak çözülebileceği unutulmamalıdır.**

**#ZORBA
OLMA
KANKA OL**