



AKRAN ZORBALIĞI

Akran Zorbaliğı Nedir?

Akran zorbaliğı günümüzün en yaygın, en çok çalışma yapılması gereken problem alanlarının belki de başında gelmektedir. Akran zorbaliğı, eğitim hayatının birçok kademesinde karşılaşılan bir sorundur. Akran zorbaliğı konusunda birçok kurumda çeşitli çalışmalar yapılmakta; bu çalışmalarla öğrencilerin, ebeveynlerin ve öğretmenlerin farkındalığı artırılarak; okullarda akran zorbaliğını önlemek amaçlanmaktadır.

Konu Başlıkları:

- *Akran Zorbaliğı Nedir?
- *Zorbalıkta Üç Rol
- *Zorbalık Türleri Nelerdir?
- *Akran Zorbaliğında Ailenin Rolü

Akran zorbaliğı; bir öğrencinin bir ya da birden fazla öğrenci tarafından tekrar eden biçimde olumsuz davranışlara (fiziksel, psikolojik veya sözel) maruz kalmasıdır. Özellikle içe kapanık, ürkek, kaygılı, hassas yetiştirilmiş, genellikle fazla arkadaşı olmayan; hayır diyebilme, kendini ifade edebilme, uygun kişilerden yardım isteyebilme gibi sosyal becerilerden yoksun çocuklar akran zorbaliğına maruz kalmaktadır.

Akran zorbaliğı saldırgan bir davranış türüdür ve üç temel özelliğı bulunmaktadır:

- Karşı tarafa bilinçli ve kasıtlı olarak zarar vermeyi amaçlaması
- Tekrarlayıcı ve sürekli olarak yapılması
- Taraflar arasında güç dengesizliğinin olması

Zorbalıkta Üç Rol Vardır:

- *Zorbalık yapan kişi
- *Zorbaliğına maruz kalan kişi
- *İzleyici(ler) kişi veya kişiler

Zorbalık Herkese Zarar Verir

Zorbalık sadece zorbaliğına maruz kalan kişiye değil, aynı zamanda bunu izleyenlere ve hatta zorbaliğı yapanlara da fiziksel, duygusal veya sosyal olarak zarar verir.

Zorbaliğın Olası Etkileri

Zorbalık yapan öğrenciler için sonuçlar:

- Okula uyumda güçlük
- Düşük akademik başarı
- Dışlanma, yalnız kalma, sevilme
- Sosyal ilişkilerde problemler
- Erken yaşlarda sigara, alkol ve madde kullanma riski
- Saldırgan ve suça yönelik davranış gösterme

Zorbaliğına maruz kalan öğrenciler için sonuçlar:

- Üzgün, çaresiz ve değersiz hissetme
- Düşük özgüven ve benlik saygısı
- Depresyon ve kaygı
- Arkadaşlık ilişkilerinde problemler
- Fiziksel belirtiler (baş ağrısı, karın ağrısı vb.)
- Okula gitmeye karşı isteksizlik
- Düşük akademik başarı
- Kendine zarar verme davranışları

Zorbalık Türleri



Fiziksel Zorbalık: Fiziksel güç içeren davranışları içeren akran zorbalığı türüdür. Vurmak, tokat atmak, dövmek, tekmelemek, itmek- çekmek, saçını çekmek, çelme takmak, tükürmek, eşyalara zorla el koymak, para ya da eşya çalmak, defter ya da kitaplarını karalamak, eşyalarını izinsiz kullanmak fiziksel zorbalık örnekleridir.

Sözel Zorbalık: Sözel ifadeler içeren akran zorbalığı türüdür. Küfür etmek, alay etmek, dalga geçmek, lakap takmak, bedensel özellikleriyle alay etmek (boyu, kilosu, saçı vb.), dış görünüşüyle (giysi, gözlük) alay etmek, konuşma tarzı, aksanı veya şivesiyle dalga geçmek, aşağılamak, küçük düşürmek, hakaret etmek, tehdit etmek sözel zorbalık örnekleridir.



İlişkisel Zorbalık: Sosyal ilişkilere zarar vermeyi hedefleyen davranışlardır. Bu akran zorbalığı dedikodu yapmak ve yaymak, asılsız söylentiler yaymak, sırlarını ortaya çıkarmak, arkadaş grubundan dışlamak, soyutlamak, yanına oturmasını istememek, toplum içinde utandırmak veya küçük düşürmek, jest ve mimikler ile istenmediğini hissettirmek görmezden gelmek, küsmek, kıskandırmak, taklit etmek, kısı kısı gülmek, tehdit etmek, okul dışı aktivitelere dahil etmemek gibi davranışları içerir.



Siber Zorbalık: Siber zorbalık, bilgisayar, telefon gibi dijital teknolojiler kullanılarak yapılan akran zorbalığı türüdür. Sosyal medya, mesajlaşma ve oyun uygulamaları gibi platformlarda veya cep telefonu aracılığıyla yapılabilen, korkutmayı, kızdırmayı veya utandırmayı amaçlayan, tekrarlayıcı davranışlardır. Örneğin; sosyal medyada biri hakkında yalanlar yaymak veya özel videolarını ya da fotoğraflarını yayınlamak, mesajlaşırken incitici veya tehdit edici mesajlar göndermek, başka birinin adına hesaplar açarak diğer insanları kandırmak, onları bu hesapla tehdit etmek vb. gibi davranışlar siber zorbalık davranışlarıdır.



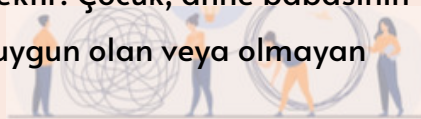
AKRAN ZORBALIĞINDA AİLENİN ROLÜ

Zorbaliğa maruz kalan çocuklarda içe kapanma, sebepsiz mutsuzluk, akademik başarıda düşüş, uyku ve yeme problemleri, alt ıslatma, korku, kaygı, eşyalarının sürekli kaybolması ya da zarar görmesi, açıklayamadığı yara izleri, okula gitmek istememek gibi belirtiler görülür. Ebeveynler için aslında bu durumlar sinyal ve yardım isteği niteliğinde ipuçları olarak görülmelidir.

Zorba veya zorbalığa maruz kalmış öğrenci aileleri; bu ipuçlarını fark ettiklerinde, çocuklarının ne hissettiklerini anlamalı, duygularını ifade edebilmesine imkan tanınmalı ve durumu tartışarak çocuk üzerinde suçluluk duygusu oluşturmak yerine, anlaşıldıklarını hissettirmelilerdir.

Nasıl ya da kimlerden yardım alınabileceğini düşünmeli, okul ve uzmanlar ile iş birliği yapmalıdır. Bazı ebeveynler çocuklarına zorbaca davranan öğrenci ya da ailesi ile kendileri görüşmeye ve hesap sormaya çalışırlar. Amaç çocuğunu korumak olsa da, bu durum daha da fazla karmaşaya sebep olacaktır. Bunun yerine okul ile işbirliği yaparak gerekli müdahalenin yapılmasını isteyebilirsiniz. Zorba ve mağdur olan öğrencilerin aileleri durumu tartışmak yerine işbirliği içine girip çocukların duygularını ve hissettiklerini anlamaya çalışmalıdır.

Zorbaliğa uğrayan çocuğunuz için yapacaklarınız, ona bütün hayatı boyunca haksızlık karşısında takınacağı tutumu öğretecektir. Sizin vermiş olduğunuz tepkiler; ileride benzer bir durumla karşılaştıklarında, haksızlığa uğradığında sessiz kalıp durumu kabul etmeyi; öfkeli bir şekilde karşıdaki kişiden hesap sorarak hakkını aramayı ya da yapıcı tutum içinde haklarını savunmayı seçmesine kaynaklık edecektir. Çocuk, anne babasının tepkilerini gözlemleyerek uygun olan veya olmayan tutumu benimseyecektir.



ÇOCUĞUNUZU TOPLUMA HAZIRLIYOR MUSUNUZ?

Helikopter ebeveynlik diye tabir ettiğimiz içgüdüsel “destek olma” davranışının yoğun yapılması çocuğunuzun etrafında bir helikopter gibi dönmeye varıyor ve onun hareketini önlüyor.

Çocuğun acı ve hayal kırıklığı yaşamaması için engellerin ebeveyn tarafından ortadan kaldırılması, her şeyi kontrol etmek ve onun yerine problemleri çözmek, çocuğu duygusal iniş çıkışlarda savunmasız bırakıyor. Aile, yaşam provasının yapılacağı yerdir. Çocuk orada deneyimler, sağlıklı sınırları orada görür, yaş ve gelişim düzeyine uygun sorumluluklarla o eve aitlik hisseder, yaptığı davranışın, aldığı kararın sonucunu o evde yaşar. Siz bunları sağlamadığınızda gizli mesajlarla “sen yetersizsin” dersiniz, çocuk toplumda özgüven ve sosyal becerileri sergileyemez ve zorbalığa açık hale gelebilir. Sizin ona rol modelliğiniz onun işlerini onun adına yaparak, kararlar alarak değil; kendi işlerinizi en iyi şekilde yaparak, kendinizi ilgilendiren kararlarda akılcı stratejiler kullandığınızı göstererek olmalıdır. Seçenekler sunmak, birlikte alternatifler üretmek, çocuğun problem çözme becerilerinin gelişmesine katkı sağlar. Olası engellerle ya da zorbalıkla karşılaştığında daha sağlıklı ve yapıcı bir şekilde sorununu çözen bir birey olarak toplum içinde yerini almasını sağlar.

