

AKRAN ZORBALIĞI

VELİ BÜLTENİ



AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Akran zorbalığı, daha güçlü konumda olan bir veya birkaç öğrenci tarafından bir başka öğrenciye yönelik olarak zarar verme amacıyla yapılan tekrarlayıcı davranışlardır.

AKRAN ZORBALIĞI DAVRANIŞININ ÜÇ TEMEL ÖZELLİĞİ

- Davranışın bilinçli ve kasıtlı olarak zarar verme amacıyla gerçekleştirilmiş olması
- Davranışın tekrarlanarak devam etmesi
- Davranışı yapan öğrenci ile maruz kalan öğrenci arasında farklı nedenlerden kaynaklanan güç dengesizliğinin bulunması (örn. fiziksel özellikler veya yaş olarak)

ÇATIŞMAM MI ZORBALIK MI?

Öğrencilerin yaşadığı akran zorbalığı olayları sıklıkla akran çatışması olarak algılanmaktadır. Bu durum, öğretmenlerin ve öğrencilerin zorbalık olaylarına müdahale etme olasılığını azaltmaktadır. Ancak, akran çatışması ve akran zorbalığı arasında pek çok temel farklılık bulunmaktadır (Eliot ve ark., 2010; Güvenir, 2005):

AKRAN ZORBALIĞI

Öğrenciler arasında arkadaşlık ilişkisi yoktur.

Öğrenciler arasında güç dengesizliği vardır.

Davranışlar sıklıkla tekrarlanır.

Eşit duygusal tepki yoktur. Sadece zorbalığa maruz kalan öğrencinin yaşadığı olumsuz duygusal tepkiler vardır.

Problem çözülmeye çalışılmaz.

Pişmanlık ve sorumluluk alma yoktur.

AKRAN ÇATIŞMASI

Öğrenciler arasında arkadaşlık ilişkisi vardır.

Öğrenciler arasında güç dengesi vardır.

Davranışlar arada sırada yaşanır; çatışma sürekli değildir.

Öğrenciler arasında eşit duygusal tepki vardır.

Öğrenciler çoğunlukla problemi çözmeye çalışır.

Öğrenciler pişmanlık duyar ve sorumluluk alır.



ZORBALIK TÜRLERİ

Araştırmalar akran zorbalığını dört farklı şekilde ele almaktadır: Fiziksel, sözel, ilişkisel ve siber zorbalık (Olweus, 1993; Hinduja ve Patchin, 2014). Fiziksel ve sözel türler doğrudan zorbalık; ilişkisel ve siber türler ise dolaylı zorbalık olarak nitelenmektedir (Juvonen ve Graham, 2014).



Fiziksel zorbalık: Öğrenciye yönelik yapılan ve fiziksel güç içeren davranışlar olarak tanımlanmaktadır.



Sözel zorbalık: Öğrenciye veya ailesine yönelik yapılan olumsuz yargılar, atıflar veya sözel davranışlar olarak tanımlanmaktadır. Her sınıf düzeyinde sıklıkla görülmektedir. En sık karşılaşılan sözel zorbalık davranışının isim/lakap takma olduğu belirlenmiştir (Atik ve Güneri, 2013; Pişkin 2010; Wang ve ark., 2009).

İlişkisel zorbalık: Öğrencinin sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefleyen davranışlar olarak tanımlanmaktadır.

Siber zorbalık: Teknolojik aletler (bilgisayar, tablet, cep telefonu) kullanarak yapılan davranışlar olarak tanımlanmaktadır. Siber zorbalık olaylarında zorbalık yapanlar anonim olabilir ve kimliklerini gizleyebilir. Ayrıca, siber zorbalık davranışları 7 gün/24 saat yapılabilir ve hızlı bir şekilde çok geniş kitlelere ulaşabilir (Hinduja ve Patchin, 2014; Zych ve ark., 2015).



AKRAN ZORBALIĞININ SONUÇLARI

ZORBALIK YAPAN ÖĞRENCİLER İÇİN

- Okula uyumda güçlük
- Okuldan kaçma, okuldaki kuralları çiğneme
- Okula karşı ilgisizlik, akademik başarıda düşüş
- Öğretmenlere karşı gelme
- Dışlanma, yalnız kalma, sevilmeme riski
- Arkadaşlık ilişkilerinde zorluklar
- Saldırgan davranışların sürmesi, eşine ve çocuklarına aile içi şiddet uygulama
- Psikiyatrik hastalık gelişmesi riski (örn. depresyon, bipolar bozukluk, antisosyal kişilik bozukluğu)
- Sosyal ilişkilerde problemler
- Erken yaşlarda sigara, alkol ve madde kullanımı
- Suça yönelik davranışlarda bulunma ve mahkûmiyet riski (örn. trafik suçu, hırsızlık, adam yaralama)

ZORBALIĞA MARUZ KALAN ÖĞRENCİLER İÇİN

- Kendini değersiz ve mutsuz hissetme
- Kızgınlık, çaresizlik ve yalnızlık
- Düşük özgüven
- Sosyal uyumda güçlük
- Uyku problemleri
- Fiziksel belirtiler
- Gece altını ıslatma
- Akademik performansta düşüş
- Okuldan uzaklaşma
- Okulda kendini güvensiz hissetme
- Okul veya sınıf değiştirme
- Kendine zarar verme düşünceleri ve girişimleri
- Üzüntü, mutsuzluk, kızgınlık, yalnızlık
- Düşük özgüven ve benlik saygısı
- Depresyon ve kaygı bozuklukları geliştirme riski
- Sosyal ve romantik ilişkilerde problem yaşama riski
- Akademik başarıda düşüş

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIK YAPIYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

Çocuğunuzla zorbalık hakkında konuşun

Çocuğunuza zorbalık yapmaması gerektiğini açıklayın ve zorbalığın diğer çocuklar üzerindeki olumsuz sonuçlarından bahsedin.

Çocuğunuza onaylamadığınız şeyin onun zorbalık davranışları olduğunu vurgulayın; onu desteklemeye ve ona yardımcı olmaya hazır olduğunuzu belirtin.

Zorbalık davranışlarına onay vermediğinizi belirtin

Çocuğunuza yardımcı olun

Çocuğunuzun hangi davranışlarının akran zorbalığı olduğunu anlatın. Bu davranışları neden gösterdiğini anlamaya çalışın. Zorbalığın altında yatan nedenleri ortadan kaldırmaya çalışın. Bu davranışlar yerine neler yapabileceğini öğretin.

Çocuğunuzun istenmeyen davranışları karşısında sakın kalın ve olumlu disiplin yöntemleri kullanın. Kesinlikle fiziksel veya sözel şiddet uygulamayın.

Fiziksel ceza vermeyin

Çocuğunuz sosyal ve duygusal becerilerini (paylaşma, yardım etme, duygularını ifade edilmesi) geliştirmesi konusunda destekleyin

Bu konuda çocuğunuzun yaşına uygun kitaplar okuyun, film izleyin ve etkinlikler gerçekleştirin.

Öğrenim gördüğü okulla mutlaka temasa geçin, rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerektiği zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

Okulu bilgilendirin

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA MARUZ KALYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

**Çocuğunuzla konuşun
ve onu destekleyin**

Çocuğunuza onun yanında olduğunuzu ve ona yardım etmek istediğınızı belirtin. Ne hissettiğini sorun ve duygularını paylaşmasını sağlayın. Zorbaliğa maruz kalmanın onun bir hatası olmadığını açık bir şekilde ifade edin.

Zorbaliğa nasıl karşı çıkabileceğine dair yöntemler geliştirin. Böyle bir durumda okulda kimden ve nasıl yardım isteyebileceğini konuşun.

**Zorbaliğla baş edebilmesi için
ona yardımcı olun**

**Çocuğunuzun sosyal ve duygusal
beceriler
geliştirmesi konusunda
destekleyin**

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.

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.

Okulu bilgilendirin

