

İSTANBUL TİCARET ODASI
MARMARA
ANADOLU
İMAM HATİP
LİSESİ



AKRAN ZORBALIĞI

**ANNE
BABALARA
ÖNERİLER**



AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Bir ya da birden çok öğrencinin kendilerinden daha güçsüz bir öğrenciye kasıtlı olarak ve tekrar eden bir biçimde olumsuz eylemlerde bulunmasına akran zorbalığı denir. Akran zorbalığı saldırganlığın bir türü olarak tanımlanmakla birlikte, bazı yönleriyle genel saldırganlıktan ayrılmaktadır. Buna göre, bir söz ya da davranışın akran zorbalığı olarak adlandırılabilmesi için saldırgan özellik taşımaya ek olarak, taraflar arasında eşit olmayan bir güç dengesinin bulunması, kasıtlı yapıyor olması ve zaman içerisinde tekrarlanması gerekmektedir. Akran zorbalığı, okulların daha güvenli birer kurum olmalarının ve öğrencilerin toplumsal güvenliklerinin önünde oldukça önemli bir sorundur.



ZORBALIK TÜRLERİ

Akran zorbalığı davranışında tek bir eylem çeşidi olduğunu söylemek mümkün değildir. Farkında olduğumuz ya da olmadığımız, bireylerin zorba ve kurban olarak başrol oynadığı, süreklilik gösteren pek çok olumsuz davranış bu kapsamda ele alınabilir. Akran zorbalığı kapsamında değerlendirilen eylemler vurma, itme, tekme atma ve dürtme şeklinde **fiziksel** yolla ya da tehdit etme, alay etme, sataşma ve isim takma gibi **sözel** yolla ortaya çıkabileceği gibi, fiziksel ya da sözel olmayan bir yolla da (**duygusal**) ortaya çıkabilmektedir: örneğin, sosyal dışlama ve kasıtlı olarak bir grubun dışına itme gibi. Yakın zamanda araştırmacılar fiziksel, sözel ve duygusal zorbalığa ek olarak son yıllarda giderek artan ve mesaj, e-posta ya da sosyal ağ siteleri gibi teknolojik araçları kullanarak gerçekleştirilen **siber zorbalık** türünü de tanımlamıştır.



YAYGIN OLARAK GÖRÜLEN FİZİKSEL VE SÖZEL ZORBALIK ÇEŞİTLERİ

Kulak çekme. Oturacağı yere rahatsız edici bir cisim koyma. Oyun alanını terk etmeye zorlama. Isırma, omuz, dirsek, kafa atma. Başını duvara veya sıraya vurma. Tekme atma, çelme takma. Herhangi bir cisimle vurma. Tokat atma, yumruk atma. Kafaya vurma, enseye vurma. Kesici aletlerle saldırma veya korkutma. Ateşli ve patlayıcı silahlarla saldırma ya da korkutma. Bedensel özellikleriyle alay etme. Dış görünüşüyle alay etme. Konuşma tarzı, aksanı ya da şivesiyle alay etme. Adı ya da soyadıyla dalga geçme. Küçük düşürücü isimler (lakap) takma. Küfür etme, kaba ve çirkin sözlerle hitap etme. Sözel olarak tehdit etme.



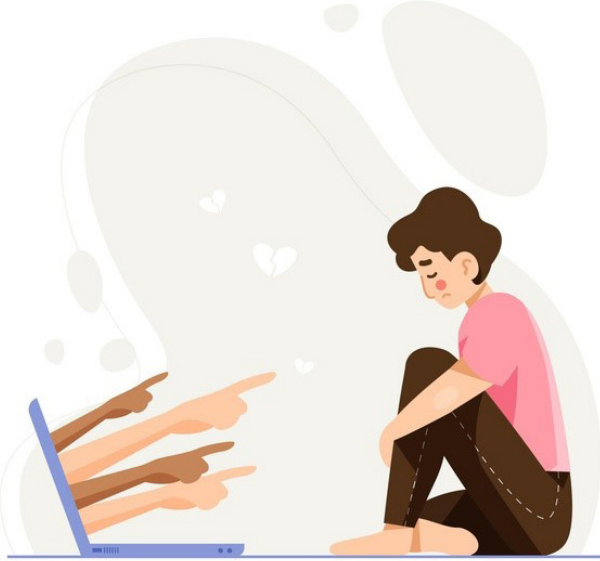
YAYGIN OLARAK GÖRÜLEN DUYGUSAL ZORBALIK ÇEŞİTLERİ

Oyuna ve çeşitli etkinliklere almama. Grup dışına iterek yalnızlığa terk etme. Görmezden gelme, yok sayma. Diğer öğrencilerin de konuşmasını ve arkadaşlık yapmasını engelleme. Arkadaşlarını kendisine karşı kıskırtarak aralarının bozulmasını sağlama. Hakkında dedikodu yapma ve söylenti çıkarma, iftira atma. Hakkında çeşitli yerlere çirkin yazılar yazma. Haksız yere şikâyet etme. Eşyalarını ya da yiyeceklerini zorla alma. Kantinden zorla bir şeyler ısmarlatma. Eşyalarına kasıtlı olarak zarar verme. Defter ya da kitaplarını karalama ya da üzerlerine kötü şeyler yazma. Ödünç alınan para ya da eşyayı geri vermeme.



SİBER ZORBALIK

Siber zorbalık geleneksel zorbalıktan farklı olarak, mobil telefonlar ve İnternet kullanılarak zaman içinde tekrarlanmak suretiyle yapılan zorbalık olarak tanımlanır. Bu tip zorbalık telefon çağruları, mesaj, resim/video paylaşımı, başka birileri tarafından filme alınma ve bu dokümanların sanal sohbet odalarında, sosyal ortamlarda, İnternet siteleri yoluyla veya mesaj yoluyla yayınlanıp yaygınlaştırılması ile oluşmakta ve mağdurun kendini koruması daha da zorlaşmaktadır. Son yıllarda önemi gittikçe artan, en az geleneksel zorbalık kadar tehlikeli olabilen, ergenlerin yeni bir sağlık sorunu olarak da tanımlanan siber zorbalık konusunu önemsemeli ve çocuklarımıza destek olmalıyız.



AKRAN ZORBALIĐININ SONUÇLARI

Araştırmalar, akran zorbalığı yapmanın ve akran zorbalığına maruz kalmanın önemli fiziksel, sosyal ve psikolojik sonuçlarının olduğunu göstermektedir. Bu sonuçlar çeşitli yoğunluklarda ve farklı kategorilerde olabilmektedir. Örneğin; mutsuzluk, düşük benlik saygısı, kızgınlık ve üzüntü gibi gerçekte psikolojik rahatsızlık olmayan ancak hoş gitmeyen psikolojik sonuçlar gözlemlenebilirken, yüksek kaygı düzeyi, depresyon ve intihar düşünceleri gibi daha ciddi psikolojik sonuçlara da neden olabilmektedir. Bunlarla ilişkili olarak psikosomatik belirtiler gibi fiziksel hastalık belirtilerini de kapsayabilmektedir. Ayrıca okulu sevmeme, devamsızlık, yalnızlık ve yalıtılmışlık gibi kişinin sosyal çevresine karşı duyduğu çeşitli hoşnutsuzluklara da neden olabilmektedir.



ZORBALIK DÖNGÜSÜNDE TEMEL ÜÇ GRUP

Zorba; mağdurdan fiziksel ve psikolojik olarak daha kuvvetli konumda olan ve zarar veren kişidir. Genellikle öfkelerini kontrol etmekte güçlü çekerler. Hakimiyet, baskı kurmayı severler ve empati yapma becerileri düşüktür. Yardım edilmezse soyutlanabilir, yalnız kalabilir, yaptırım ve ceza görebilirler. En önemlisi başkalarıyla işbirliğinin yarattığı olumlu duygulardan yoksun kalabilirler.



Mağdur; zorbanın tekrarlı zarar verici davranışlarını yönelttiği kişidir. Genellikle pasif ve içine kapanık, “Hayır” diyebilme, uygun kişiden yardım isteme ve kendini savunabilme gibi sosyal becerilerden yoksun olurlar. Ürkek, çekingen ve genellikle fazla arkadaşı olmayan kişilerdir. Yardım edilmezse kendine ve diğerlerine olan güvenlerini yitirebilir, arkadaşlarından soyutlanabilir, devamsızlıkları artabilir, başarılarında düşüş yaşanabilir ya da okulu terk edebilirler.

İzleyiciler; zorbaca davranışların sergilendiği ortamda bulunan ancak davranışları durdurmak adına bir adım atmayan kişilerdir. Destek olunmazsa kendilerini güvende hissetmezler, pişmanlık ve suçluluk duyabilirler. Kendilerini savunmak için sürekli tetikte bekleyebilirler. Etraflarında olup biten şiddet davranışlarından dolayı mutsuzluk, üzüntü, korku, umutsuzluk gibi olumsuz duygulara sahip olabilirler.

ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI NASIL ANLARSINIZ

Çocuğunuzun sadece ifade ettiklerine değil sözsüz mesajlarına da dikkat etmeniz çok önemlidir. Zira bazı çocuklar sorunlarını ebeveynleriyle paylaşmayı bir tür güçsüzlük gibi algılayabilmektedir. Örneğin çocuğunuzun arkadaşlarından ve okuldan hiç söz etmemesi, eve hiç arkadaş getirmemesi veya hiçbir arkadaşına gitmemesi, etkinliklere, gezilere davet edilmemesi ya da kendisi için önemli toplantılara okul arkadaşlarını davet etmemesi gibi

durumlar çocuğunuzun zorbalığa maruz kaldığının göstergeleri olabilir.

Bunların dışında okula gitmek istememesi, okul değiştirme isteği, sabahları iştahsızlık çekme, sürekli karnın ve baş ağrısı, okul servisini kullanmak istememesi, kâbuslar görmesi, uykusunda ağlaması,

yatağını ıslatması, okuldan eve

yırtık dağılmış giysilerle ya da zarar görmüş kitaplarla gelmesi, bedeninde açıklanamayan morluklar olması, içe kapanma ve kekeleye gibi durumların ortaya çıkması, harçlığını sürekli kaybetmesi vb. durumlar da akran zorbalığı ile ilişkili göstergeler olabilir.



ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI DÜŞÜNÜYORSANIZ NELER YAPABİLİRSİNİZ?



Durumu tartışmak yerine konuşmasına, duygularını paylaşmasına izin verin ve dinleyin. Zorbalığın nerede ve nasıl meydana geldiğini öğrenin.

Olumlu stratejiler geliştirilmesinde yardımcı olun. 'Sen de aynısını ona yap' cümlesinin fayda sağlamaktan çok zarar getireceğini unutmayın. Olayla ilgili olarak kendi duygularınızı mümkün olduğunca kontrol edin. Hemen aşırı tepki göstermeyin. Çocuğunuzu asla suçlamayın. Bu durumu kendisinin çözmesi gerektiğini ya da yardımcı olamayacağınızı söylemeyin. Eğer çocuğunuz bunu kimseye

anlatmamanızı isterse, bunun zorbalık davranışı sergileyen kişiyi korumak anlamına geleceğini anlatın. İlgili alanları doğrultusunda sosyal etkinliklere, aktivitelere yönlendirin. Yaşadıklarını okulda güvendiği bir öğretmene anlatmasını teşvik edin. Belli zaman dilimleri içerisinde aynı olayın tekrarlanıp tekrarlanmadığını ve onu üzen veya kızdıran arkadaşları olup olmadığını sorun. Okulu durumdan mutlaka haberdar edin ve çözüm konusunda işbirliği yapın.

ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIK DAVRANIŞI SERGİLEMESİ DURUMUNDA NASIL DAVRANMALISINIZ?



Yapılan birçok araştırma ebeveyn tutumlarının akran zorbalığı ile ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Sadece mağdur öğrencilerin değil zorbalık davranışı sergileyen öğrencilerin de ebeveynlerinin yardımına ihtiyacı vardır. Aksi takdirde uzun vadede olumsuz sonuçlarla karşılaşabilmektedir. Çocuğunuzla sakince konuşmanız, zorbalık davranışı sergilemesinin sebepleri ve yaptığı davranışın başkalarında yaratacağı olumsuz duygular üzerinde durmanız, bu davranışını onaylamadığınızı kesin ve net bir biçimde belirtmeniz sergileyebileceğiniz ilk uygun

tutum olacaktır. Ardından varsa bu tür davranışlara model olan ailenin diğer üyelerini uyarmanız; kurallara uyduğunda, sorumlu davranışlar sergilediğinde, olumlu davranışlar gerçekleştirdiğinde takdir etmeniz, bunları pekiştirip, ödüllendirmeniz ve okulla işbirliği yapmanız faydalı olacaktır.



İSTANBUL TİCARET ODASI

MARMARA
ANADOLU
İMAM HATİP
LİSESİ



MARMARA ANADOLU İMAM HATİP LİSESİ

📍 Küçük Çamlıca Mah. Şeker kaya Sok. No:13 Üsküdar / İSTANBUL

☎ 0 (216) 340 41 10 📠 0 (216) 340 4111 📧 761405@meh.k12.tr



marmaraihl.meb.k12.tr



/marmaraaihl