

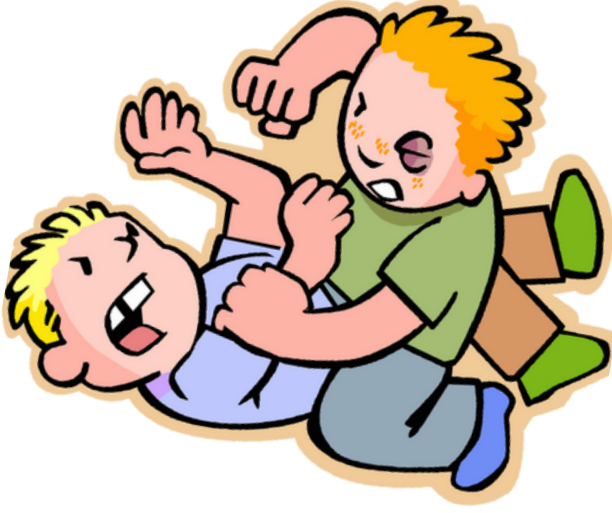


Cihanbeyli Rehberlik ve Araştırma Merkezi
Haziran - 2022 E- Bülten

AKRAN ZORBALIĞI

Veli ve Öğretmenlerimize Yönelik





Okul çağındaki çocuklar üzerinde yapılan araştırmalar, neredeyse her beş çocuktan birinin akran zorbalığına maruz kaldığını söylüyor. Bu korkutucu istatistik, akran zorbalığının çocukların zihinsel ve fiziksel sağlığını nasıl olumsuz etkilediği düşünöldüğünde daha da korkutucu bir hale geliyor. Üstelik unutulmaması gereken bir şey daha var. Akranlarına zorbalık uygulayan çocuklar da en az bu zorbalığa maruz kalan çocuklar kadar risk altında! Zorbalık yapan çocuklarda erken yaşta davranış değişikliğine gidilmediğinde, yetişkinliğe taşınan şiddet ve istismar davranışları gözlemleniyor. Peki, her kaba davranış zorbalık olarak mı kabul ediliyor? Soruyu daha da basitleştirmek gerekirse, akran zorbalığı nedir?

AKRAN ZORBALIğI NEDİR?

Akran zorbalığı, bir çocuğun veya bir grubun başka bir çocuğun veya başka bir grubun üzerinde olumsuz etkiye neden olması olarak tanımlanabilir. Zorbalığı yapan taraf; sözel, fiziksel, siber veya sosyal olarak karşı tarafı rahatsız eder ve saldırgan bir tavra bürünür. Bu saldırgan tavırlar içerisinde en yaygın olan davranışlar; karşı tarafa lakap takma, karşı tarafı tehdit etme, fiziksel olarak itme ve vurmadır.

Akran zorbalığı terimi, genellikle güç dengesizliğinin olduğu taraflar için kullanılır. Zorbalığı yapan kişi veya grup, bu dengesizlikten yararlanır ve bilinçli olarak karşı tarafı usandırp bu kişinin, kötü bir ruh haline bürünmesine yol açar. Zorbalığı yapan kişi veya gruba zorba adı verilirken, bu davranış ve tutuma maruz kalan kişi veya gruba da kurban adı verilir. Akran zorbalığı her yaş grubunda görölebilen bir davranış tipidir. Okulöncesinden liseye kadar her yaş grubunda gözlemlenebilir.



ZORBALIK TÜRLERİ NELERDİR ?

Psikolojik Zorbalık

Bu tür zorbalık, tacizci bir davranış biçimi olup özellikle alışılmış ve güç dengesi olmadığında başkalarını etkilemek için onları zorlama ya da onlar üstünde baskı kurmaktır. Küçük düşürme, bir kişi hakkında dedikodu çıkartma, bir kişiyi faaliyetlerden, oyunlardan dışlama, onu başkalarının yanında utandırma psikolojik zorbalık kapsamındaki örneklerdendir.

Göz dağı vermek, incitici, hakaret edici, küçük düşürücü sözler söylemek, sataşmak, tehdit etmek, dalga geçmek, alay etmek, kızdırmak, kırmak, korkutmak, lakap takmak, küfür etmek, karşı tarafın kendisine ya da ailesine hakaret etmek sözel zorbalığa ait davranışlardır.

Sözel Zorbalık

Fiziksel Zorbalık

Isırma, saç çekme, vurma, itme, dürtme veya çekme biçiminde fiziksel tacizlerde bulunma, haraç kesme, tekmeleme ya da tokat atma, dövme, odaya kilitleme, yumruklama, tırmalama, tükürme, korkutarak özel eşyalara zarar verme ya da el koyma, vb. davranışlar fiziksel zorbalık örneklerindendir

Teknolojinin gelişmesiyle çocukların ve ileri yaştaki tüm kişilerin sıklıkla karşı karşıya kaldıkları zorbalık türüdür. Birisinin şifresini çalma, onu sahte hesaplarla rahatsız etme, fotoğraflarının, yazılarının altına kötü yorumlar bırakma, virüs içeren ekler/mailler gönderme siber zorbalık örneklerindendir.

Siber Zorbalık

AKRAN ZORBALIĞI NEDENLERİ NELERDİR ?

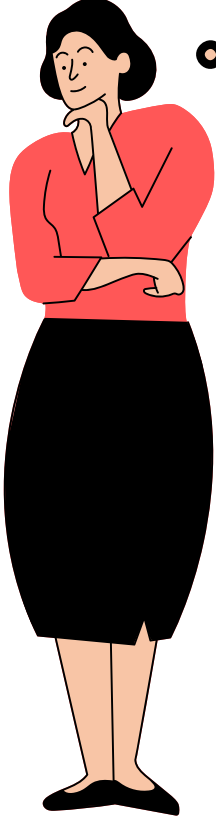
Akran zorbalığının nedenlerinden biri zorbalığı yapan ve zorbalığa maruz kalan kişi arasında güç dengesizliği olmasıdır. Yani zorbalığa maruz kalan kişi genellikle bu saldırgan davranışlara etkili bir biçimde cevap veremez ve bu davranışların son bulması için bir şey yapamaz. Bu durum da zorbalığın uzun süre devam etmesine sebep olur.

Zorbalığı yapan kişinin bu tip saldırgan davranışlar göstermesinin kültürel, okulla ilişkili ve kişisel sebepleri olabilir. Kültürel sebeplerinden bazıları toplumsal alanda güç gösterimi ve şiddete müsamaha gösterilmesi, zorbalık içeren davranışların güç gösterimi ve daha fazla sosyal statüye sahip olmak ile ilişkilendirilmesi ve medyada güç kullanımının olumlu olarak tasvir edilmesidir.



Okul bağlamında çok katı bir ortamın bulunması, öğrenci ve öğretmenler arasında statü farkının çok olması, dolayısıyla öğrencilerin kolay ve rahat şekilde öğretmenlere veya okul yönetiminden kişilere ulaşamaması bir okulda akran zorbalığının sıklıkla uygulanıyor olmasının sebebi olabilir. Kişisel olarak saldırganlık gösteren çocuklar genelde güç dengesizliğinden faydalanıp başkaları üzerinde üstünlük elde etmek isteyen, saldırgan davranışlarını bastırmakta zorlanan, ve bazen de aileleri tarafından zorbalığa (orantısız olarak fiziksel güç gösterimine) maruz kalmış olan çocuklardır. Zorbalığa maruz kalan çocuklar ise fiziksel olarak daha güçsüz veya duygusal olarak daha kırılgan, düşük öz-güvene sahip, çok fazla arkadaşı olmayan, akranları tarafından dışlanan, ve/veya aileleri tarafından aşırı korumacı ebeveynliğe maruz kalmış olan çocuklardır.

ÇOCUĞUM ZORBA OLABİLİR Mİ?



Bir çocuğun zorba olmasının altında genelde öğrendiği davranışlar yatmaktadır. Çocuğun ilk öğretmenleri ise aileleridir. Aile içinde çocuğa rol model olanların hem birbirlerine hem de çocuğa nasıl davrandığı çocuğun da davranışlarını belirler. Diğer yandan ailesi tarafından ihmal edilen çocuklar ailenin dikkatini çekmeye çalışıyor olabilirler, fazla kontrolcü ailelerde ise çocuk zorbalık göstererek birey olmaya çalışıyor olabilir. Bu nedenle ailelerin çocuklarına nasıl davrandığını gözden geçirmelerinde fayda var.



Akran zorbalığı ile baş etme yollarını bulabilmek ve "Akran zorbalığı nasıl önlenir?" sorusuna cevap verebilmek için öncelikle zorbalığı fark edebilmek gerekiyor. Bir çocuk zorbalığa maruz kalıyorsa hem fiziksel hem de psikolojik açıdan birçok belirti gösterecektir. Yaşanan yoğun stres nedeniyle karın ağrıları, yorgunluk, isteksizlik, baş ağrıları ortaya çıkabilir. Çocuk depresif belirtiler göstermeye başlayabilir, içine kapanır, kendine olan güveni azalır ve sosyal anksiyete gelişebilir. Okula gitmek istemeyebilir ya da okulda maruz kaldığı davranışı evde göstererek bu durumla başa çıkmaya çalışabilir.

ZORBALIĞIN DAHA SIK YAŞANDIĞI YERLER NELERDİR? ?



Sınıflar

Okul koridorları

Kantin

Okul Tuvaletleri

Yangın Merdivenleri

Yemekhane

Oyun sahaları



Soyunma Odaları

Okul Yolu

Araştırmalar akran zorbalığının hem zorba hem de mağdur öğrenci açısından pek çok olumsuz sonuç ortaya çıkardığını göstermektedir.

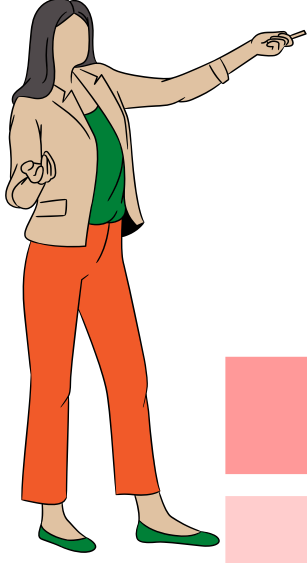
Zorba öğrencinin yaşadıkları	Mağdur öğrencinin yaşadıkları
Okula uyum güçlüğü	Okula gitmek istememe
Saldırgan davranışlar	Kendini değersiz ve mutsuz hissetme
Okuldan kaçma	Uyku problemleri
Okula ilgisizlik	Alt ıslatma problemleri
Öğretmenlere karşı gelme	Akademik performansta düşüş
Dışlanma	Kendine zarar verme
Suç olan davranışlara yönelme	Düşük özgüven
Madde kullanımı	Fiziksel ağrılar

Peki Zorbaliğa Tanık Olan Çocuklar...



Akran zorbalığı zorba ve mağdur olan çocuğu etkilediği gibi tanık olan diğer çocukları da etkiler. Bir arkadaşının zorbalığına maruz kaldığını gören çocuk korku ve endişe duyabilir, kendini okula ait hissetmeme ve okuldan uzaklaşma gibi tepkiler gösterebilir. Buna ek olarak tanık olan öğrenciler ileride aynı şeyin kendisinin de başına gelebileceğinden korkma, endişelenme, kendisini güçsüz hissetme gibi duygusal etkilerle karşılaşabilir.





Öğretmenlerimize Öneriler

Daima olumlu rol model olun.

Öğrencelerinizi akran zorbalığı hakkında bilgilendirin.

Zorbalık davranışına anında müdahale edin.

Zorbalık davranışın nedenlerini anlamaya çalışın.

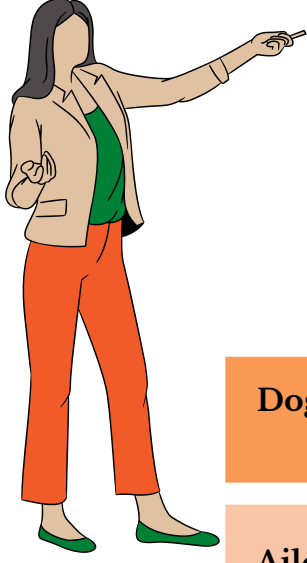
Zorbalık davranışının getireceği sonuçları anlatın.

Öğrenciler ile yakın ilişkiler kurun.

Olumlu bir sınıf ortamı yaratın.

Öğrenciler arasındaki gruplaşmaları kırmaya çalışın.

İşbirliğine yönelik etkinlik fırsatları oluşturun.



VELİLERİMİZE ÖNERİLER

Doğru aile tutumlarını öğrenin ve demokratik aile tutumunu tercih edin.

Aile içi sağlıklı iletişim ortamının kurulmasına özen gösterin.

Çocuğunuzun fikirlerini ve duygularını önemseyin.

Olumlu rol model olun.

Çocuklarınızı yargılamadan dinleyin.

Sözel, fiziksel, psikolojik şiddet uygulamayın ve hakaret içeren cümleler kurmayın.

Akran zorbalığını çocuklara açıklayın ve hangi davranışların zorbalık olduğunu fark etmelerini sağlayın.

Özgüven ve sosyal becerilerini geliştirecek etkinlikler planlayın.

Çocuğunuzun olumlu davranışlarını pekiştirin.

Gününün nasıl geçtiğini, onu gün boyunca üzen ve mutlu eden ne gibi durumlar yaşadığını sorun.

Güneş ve Rüzgar hangisinin daha güçlü olduğu konusunda tartışıyorlardı.

Ve Rüzgar "Sana benim daha güçlü olduğumu kanıtlayacağım" dedi.

"Şuradaki yaşlı adamı görüyor musun hani şu üstünde palto olan. Bahse girerim o paltoyu üstünden senden çok daha çabuk söküp alabilirim."

Bu denemeye razı olan güneş bir bulutun arkasına gizlendi ve rüzgar bir fırtına gücüyle esmeye başladı. Ancak rüzgar şiddetini ne kadar artırırsa yaşlı adam da paltosuna o kadar sarındı. Sonunda rüzgar pes edip duruldu ve güneş bulutun arkasından çıkarak yaşlı adama sıcacık gülümsedi..Bunu gören yaşlı adamın yüzünde bir hoşnutluk ifadesi belirdi ve paltosunu çıkardı.

İddiayı kazanan Güneş Rüzgara;

"Dostluk ve Naziklik her zaman haşinlik ve zorbalıktan daha güçlüdür." dedi.



Kaynakça

<https://blog.aegon.com.tr/gelecegi-korumak-icin-zorbaligi-fark-et-akran-zorbaligi-nedir/>

<https://mecokullari.k12.tr/akran-zorbaligi-nedir/>

Akran Zorbalığı Rehber Öğretmen İçin Kitapçık Özel Eğitim Hizmetleri Genel Müdürlüğü