BERNAR NAHUM İLKOKULU
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK SERVİSİ

VELİ BÜLTENİ

AKRAN ZORBALIĞI

ŞUBAT 2020

AKRAN ZORBALIĞI

Akran zorbalığı, "bir kişi ya da bir grup insanın kasıtlı olarak, tekrarlayan bir biçimde, diğer bir kişiye ya da bir gruba karşı acı vermek, korkutmak, sindirmek ya da yıldırmak amacıyla yapılan davranışların tümü olarak" tanımlanabilir. Zorbalık içeren bir eylem; kasıtlı olarak karşısındakine zarar vermek amacıyla yapılan saldırgan davranışlardır.

Saldırganlık; Genel bir tanımla, başka kişilere zarar veren herhangi bir davranış olarak ifade edilir. **Şiddet;** bir kimsenin fiziksel olarak ya da herhangi bir nesne kullanarak, diğer bir bireyi ciddi biçimde yaralaması ya da zarar vermesidir. Aslında şiddet de bir saldırganlık biçimi olmakla birlikte, temel özelliği "fiziksel gücün kullanımına" dayalı olmasıdır.

Zorbalık da bir tür saldırganlıktır. Ancak, **herhangi bir davranışın zorbalık olarak nitelendirilebilmesi için** sadece "saldırganlık" özelliği taşıması yeterli değildir. Aynı zamanda taraflar arasında ***"eşit olmayan güç ilişkisinin olması",*** bunun ***"süreklilik"*** özelliği taşıması ve ***"kasıtlı" olarak yapılması*** gibi bir takım özellikleri de barındırması gerekmektedir. ***Zorbalık*** tekrarlı olarak aynı çocuklar arasında yapılan***, psikolojik, fiziksel, sosyal ve sözel saldırılardır.***

Akran zorbalığının tarafları şiddeti ***uygulayan(zorba), şiddete maruz kalan(kurban) ve şiddete sessiz kalanlardan(seyirci)*** oluştuğu için sorunun sanıldığından çok daha büyük olduğu söylenebilir.

Güçlünün zayıfa uyguladığı şiddet olarak da kabul edilebilecek bu davranışlara sessiz kalanlar, şiddeti uygulayan gruba farklı şekillerde dahil olabilirler. Örneğin; olumsuz davranışa gülerek, cesaretlendirerek, kutlayarak ve davranışı tekrar ederek şiddet uygulayan gruba dahil olabilirler. Şiddet uygulayan çocuklara şahitlik edenlerin de bu davranışları sergileyebileceği ya da etkisinde kalabileceği göz önünde bulundurulmalıdır. Süreç içerisinde zorbaca davranışı uygulayan çocuğun başka bir grup içerisinde zorbaca davranışa maruz kaldığı da görülebilmektedir.

Akran zorbalığı adını verdiğimiz sorun aslında toplumun her alanında görülen bir olgudur. İnsanların bir arada yaşama kültürünü geliştirdiği ölçüde bu olgunun yaşanmasını engellemek ya da en aza indirmek adına bu konuda bilgi sahibi olup, farkındalık geliştirilmesi gerekmektedir.

ZORBALIK DAVRANIŞININ NEDENLERİ

Ailesel nedenler
Becerilerden yoksun olma
Güçlü duygularla baş edememe, dürtüsellik
Okula ilişkin nedenler

AKRAN ZORBALIĞI DAVRANIŞLARI

Vurma, itme, saçını çekme, yumruk atma (**fiziksel)**
İsim takma, alay etme, hakaret etme (**sözel)**
Soyutlama, oyunlara almama, kimsenin onunla arkadaş olmasına izin vermeme **(duygusal)**
Cep telefonu ya da internet kanalıyla rahatsızlık veren mesajlar yollama, oyunlara almama, yalnızlaştırma, vb. **(siber)**

ZORBALIK DAVRANIŞLARINA MARUZ KALMA OLASILIĞI YÜKSEK OLAN ÇOCUKLAR	ZORBALIK DAVRANIŞLARINA MARUZ KALMA OLASILIĞI DÜŞÜK OLAN ÇOCUKLAR
Pasif ve içine kapanık, "Hayır" deme, uygun kişiden yardım isteme, kendini savunabilme gibi sosyal becerilerden yoksun olan, Ürkek, kaygılı ya da girişken olmayan Genellikle fazla arkadaşı olmayan Duygusal olarak çabuk dağılabilen çocuklar	Sosyal, iletişim ve çatışma çözme becerileri gelişmiş, Uzlaşabilen ve alternatif çözümler sunabilen, İnsanların duygularının farkında olan, Çatışmaları çözmede ve diğer çocukların yardım almalarında aktif rol üstlenebilen çocuklar

ZORBALIK DAVRANIŞININ SONUÇLARI

Zorbalık davranışı gösteren çocuklar:

Yardım edilmezse ileriki yıllarda da başkalarının üzerinde güçlerini kötüye kullanmaya devam eder ve başkaları için bir tehdit oluşturabilirler.
Soyutlanabilir ve yalnız kalabilirler.
Yaptırım ve ceza görebilirler.
Başkalarıyla işbirliğinin yarattığı mutluluk, manevi tatmin gibi olumlu duygulardan yoksun kalabilirler.

Davranışa maruz kalan çocuklar:

Benlik saygısını yitirirler ve bunu geri kazanmak yıllarca sürebilir.
Kendine ve diğerlerine olan güvenini yitirebilir.
Arkadaşlarından soyutlanabilir ve yalnız kalabilir.
Depresyona girebilirler.
Devamsızlığı artabilir, başarısında düşme yaşanabilir ya da okulu terk edebilir.
Hıncını başka çocuklardan çıkarabilir.

Zorbalık davranışlarına şahit olan çocuklar:

Kendilerini güvende hissetmeyebilirler.
Pişmanlık, suçluluk hissedebilirler.
Kendilerini savunmak için sürekli tetikte bekleyebilirler.
Etraflarında olup biten şiddet davranışlarından dolayı mutsuzluk, üzüntü, korku, umutsuzluk gibi olumsuz duygulara sahip olabilirler.

ZORBALAR ve AİLE TUTUMLARI

Saldırgandırlar, çabuk öfkelenirler, kin tutarlar.

Hâkimiyet ve baskı kurmaya güçlü ihtiyaçları vardır.

Kurbanlarından daha güçlüdürler, otokontrolleri daha düşüktür.

Özsaygıları düşüktür ve empati yapma yetenekleri yok denecek kadar azdır.

Bağımlılıklara eğilimlidirler.

Psikolojik veya duygusal problemler yaşarlar, mutlu değillerdir.

Otoriter ebeveynlere sahiptirler, sorunlu aile ve çevreden gelirler. Aileleri, çok sıkı veya çok gevşek disiplin uygulamıştır.

Ders başarıları düşüktür, okul uyumları zayıftır, okula yönelik tutumları olumsuzdur.

Kurallara uymazlar, disiplin anlayışı gelişmemiştir ve engellenmeye karşı toleransları düşüktür.

KURBANLAR ve AİLE TUTUMLARI

Kendine güvenleri zayıf ve kaygılıdırlar, ayrıca hassas ve sessizdirler.

Arkadaş edinmede zorlanırlar.

Fiziksel olarak zorbalardan daha zayıftırlar.

Genellikle ağlama ve geri çekilme şeklinde tepkiler verirler.

Diğer öğrencilere göre daha alıngandırlar, özsaygıları düşüktür.

Kendilerini başarısız ve utangaç olarak algılarlar. İletişim başlatmakta diğer çocuklardan zayıftırlar.

Çoğunlukla pasif ve itaatkârdırlar.

Diğer çocuklardan daha az popülerdirler ve sosyal yönleri de zayıftır.

Yeterince fırsat vermeyen, daha az sorumluluk veren ve daha az destekleyen ailelere sahiptirler.

İlgisiz veya yıkıcı eleştirileri olan ebeveynlere sahiptir.

Okula yönelik ilgileri ve ders başarıları düşme gösterir.

AİLELERE ÖNERİLER

Aileler, çocuklarının arkadaşları arasında popüler olması yönündeki, kişisel arzularını çocuklarına yansıtmaktan kaçınmalıdır.

Ailelerin çocuklarına nitelikli zaman ayırması faydalı olacaktır.

Zorbalığın nerede meydana geldiğini, nasıl oluştuğunu öğrenmek ailelerin yapması gerekenler arasında yer almaktadır. Bunun için de aileler çocuklarını takip etmelidirler.

Zorba ve kurban olan öğrencilerin ailelerinin çocukları ile empati kurması ve durumu tartışmak yerine çocukların duygularını ve hissettiklerini anlamaya çalışması önerilmektedir.

Zorbalık davranışlarına karşı daha dikkatli ve ilgili olunması adına, ailelerin çocuklarını üzen veya kızdıran yaşantılar olup olmadığı ve buna karşı nasıl davrandıkları üzerine sohbet etmeleri çocukların zorbalığa kurban veya zorba olarak katılmasını önlemede faydalı olacaktır.

Diğer çocuğu ve ya aileyi suçlamak yerine yetkililerle işbirliği yapılması oldukça önemlidir.

Unutulmamalıdır ki çocuklar okulda birlikte yaşamaktadırlar. Çocuğa problem çözme becerisini geliştirme fırsatı vermeyen yaklaşımlar ve ailelerin aşırı müdahaleleri onları yaşam alanlarında zayıf, yetersiz hale getirmekte ve böyle hissetmelerine neden olabilmektedir.

Çocuğu zorbalığa karışan ailenin öncelikle çocuğunu dikkatle dinlemesi, çocuğuna nasıl yardım edebileceği üzerinde düşünmesi, okul ile iş birliği yapması ve olanak varsa okul dışı uzmanlardan da destek alarak çözüm üretmede işbirliği yaklaşımları kullanması önerilmektedir.