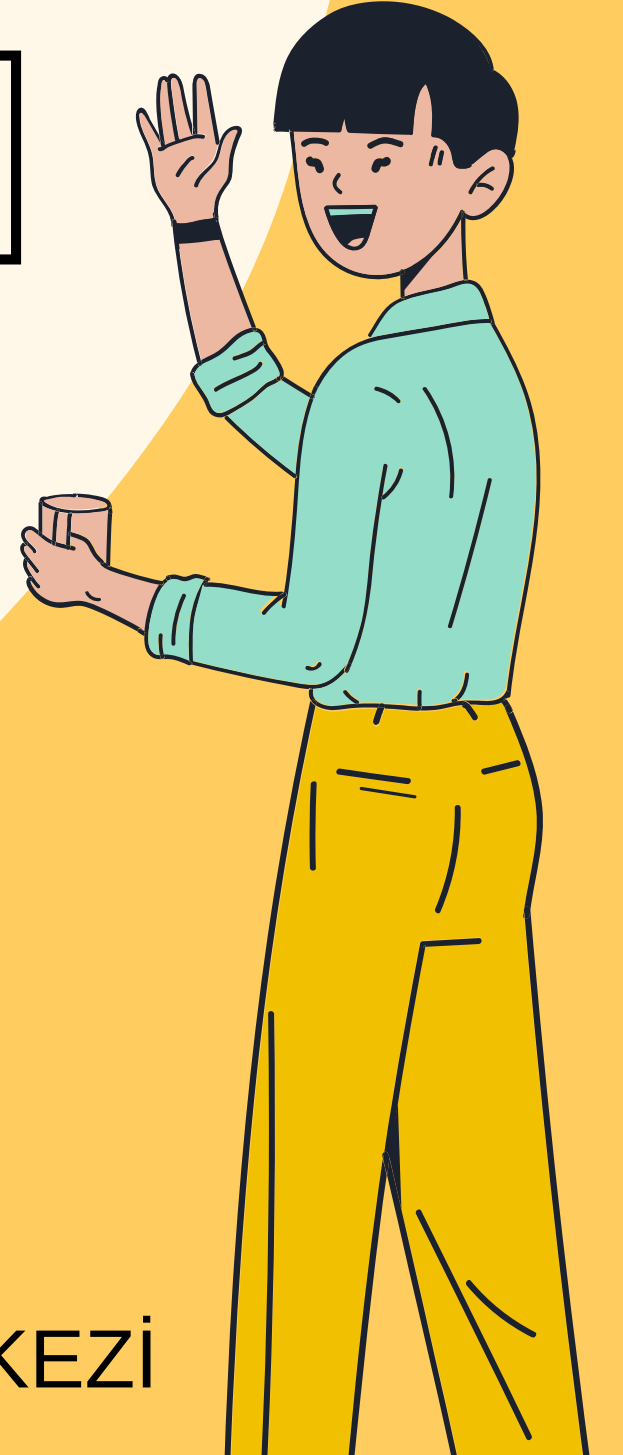




AKRAN ZORBALIĞI



SULTANGAZİ FAHRİ AYGÜN REHBERLİK VE ARAŞTIRMA MERKEZİ

OKUL ZORBALIĞI NEDİR?

Bir yada birden çok öğrencinin kendilerinden daha güçsüz öğrencileri kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve kurbanın kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türüdür.



Okul zorbalığı, tekme atma, tokat vurma, itme, çekme gibi fiziksel, sataşma, alay etme, dalga geçme, kızdırma, hoşagitmeyen isim takma, küçük düşürücü sözler söyleme gibi sözel, dedikodu ve söylenti çıkarıp yayma, arkadaş grubundan dışlayarak yalnızlığa terk etme gibi dolaylı ya da para veya diğer eşyalarını zorla alma, almakla tehdit etme, eşyalarına zarar verme gibi davranışsal olarak ortaya çıkabilir.



Zorba

Akranlarına zorbalık davranışları uygulayan: Çelme takan, dalga geçen, alay eden, tehdit mesajları atan, dışlayan, küçük düşüren.

Mağdur

Sınıfta zayıf halka olarak görülen, dışlanan, alay edilen, sessiz, içine kapanmış, korkmuş, yalnız öğrenci.

İzleyici

Gruptan kendini soyutlamış, olan biten sadece izleyen. Genellikle korktuğu için sessiz kalan ama zorbalık davranışında bulunmayan kişiler.

ZORBALIK ÇEŐİTLERİ

1.Fiziksel zorbalık

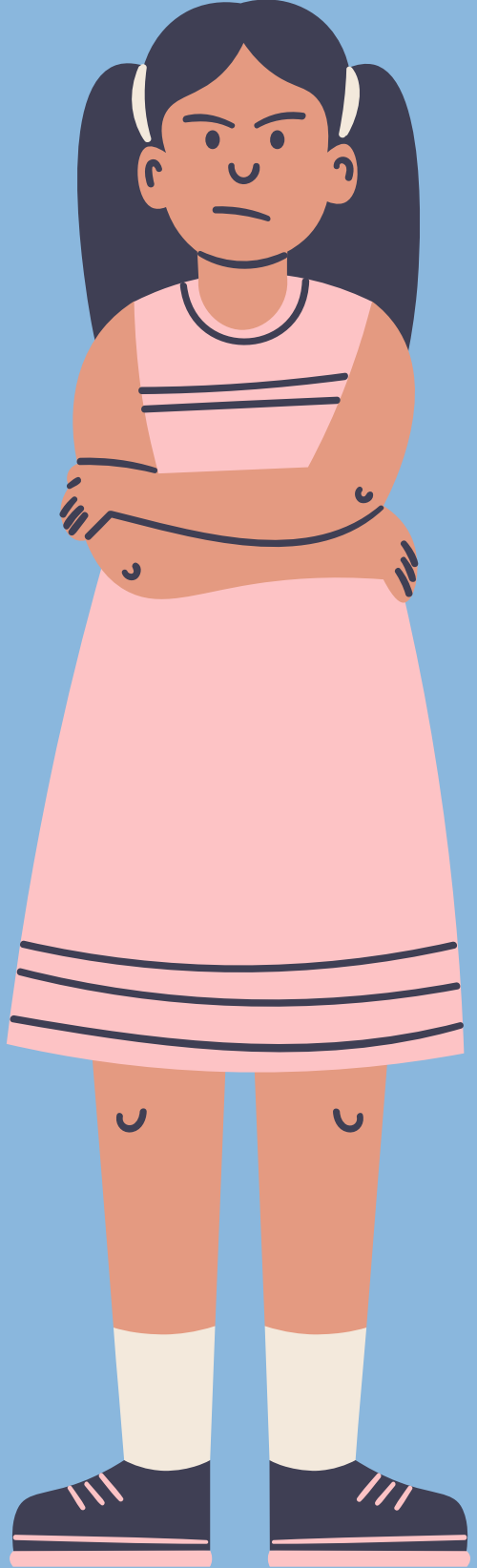
2.Sözel zorbalık

3.Sosyal zorbalık

4.Siber zorbalık

1.Fiziksel Zorbalık

Zarar verici fiziksel davranışları içeren zorbalık türüdür. Vurmak, tokat atmak, dövme, tekmelemek, itmek- çekmek, tırnaklamak, saçını çekmek, çelme takmak, tükürmek, eşyalara zorla el koymak, para ya da eşya çalmak, zorla bir şeyler ısmarlatmak, defter ya da kitaplarını karalamak, eşyalarını izinsiz kullanmak fiziksel zorbalık örnekleridir.



Sözel Zorbalık

Sözel ifadeler içeren zorbalık türüdür. Küfür etmek, alay etmek, dalga geçmek, lakap takmak, bedensel özellikleriyle alay etmek (boyu, kilosunu, saçını vb.), dış görünüşüyle (giysisi, gözlük) alay etmek, konuşma tarzı, aksanı veya ağzı (şivesiyle) dalga geçmek, aşağılamak, küçük düşürmek, hakaret etmek, tehdit etmek sözel zorbalık örnekleridir.



Sosyal Zorbalık

Sosyal davranışlar içeren zorbalık türüdür. Dışlamak, görmezden gelmek, yok saymak, diğer öğrencilerin de onunla konuşmasını ve arkadaşlık yapmasını engellemek (kışkırtarak aralarının bozulmasına çalışarak), dedikodu yapmak ve söylenti çıkarmak, haksız yere şikayet etmek (öğretmene, müdüre), onurunu zedelemek sosyal zorbalık örnekleridir.

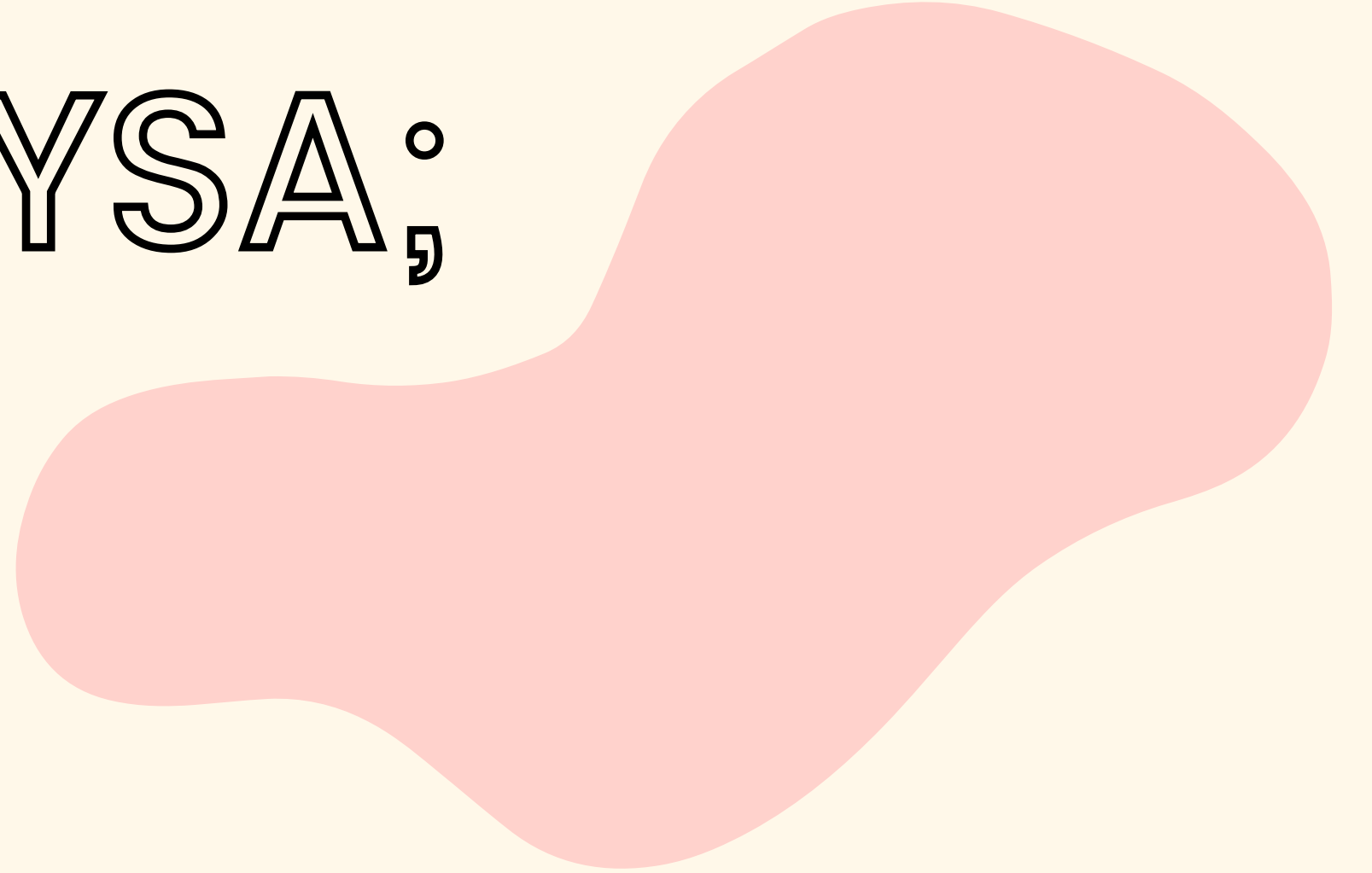
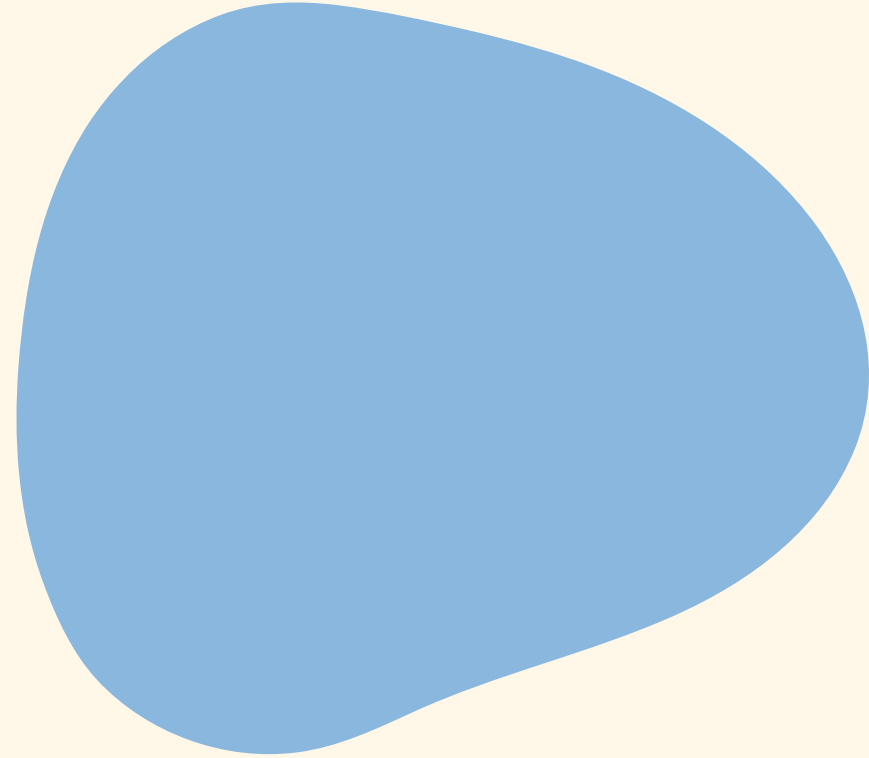
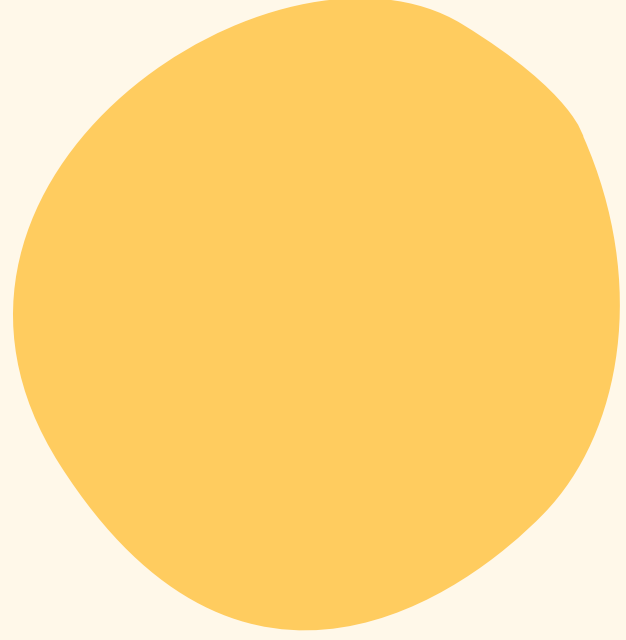


Siber Zorbalık

Bir kişi ya da grup tarafından elektronik temelli iletişim araçlarının bir kişiye karşı saldırgan, kasıtlı ve tekrarlı bir biçimde kullanılmasıdır. Kişi hakkında internette söylenti ve dedikodu yaymak, cep telefonu aracılığıyla izin almadan kişinin özel ve mahrem fotoğraflarını çekmek ve yaymak, tehdit içeren, utandıran ve kırıcı mesajlar göndermek, kişisel bilgileri kullanarak başkalarına o kişiymiş gibi zarar verici evrimii faaliyetlerde bulunmak, kişinin video veya fotoğrafları ile ona şantaj yapmak siber zorbalık örnekleridir.



ÇOCUĞUM ZORBAYSA;



- Çocukunuza empatiyi, saygıyı ve mahremiyeti öğretin. Ör: “Böyle davrandığın zaman karşındaki arkadaşın ne hissetmiş olabilir?” Bu nedenle çocuğunuza olumlu rol model olmanız gerekir.
- Çocukunuza verdiğiniz yasak ve sınırlamaların istikrarlı olmasına önem verin. Yasağınızı uygulamaktan vazgeçmeyin.

- Çocuğunuza iyi bir rol model olun. Ev içerisindeki hareketlerinize ve sözlerinize dikkat edip doğru davranışlara teşvik edin.
- Çocuğunuzun oynadığı oyunları kontrol edin. Şiddet içerikli oyunlardan uzak durmasını sağlayın. Aynı zamanda izlediği dizi ve filmlerin şiddet barındırmamasına dikkat edin.

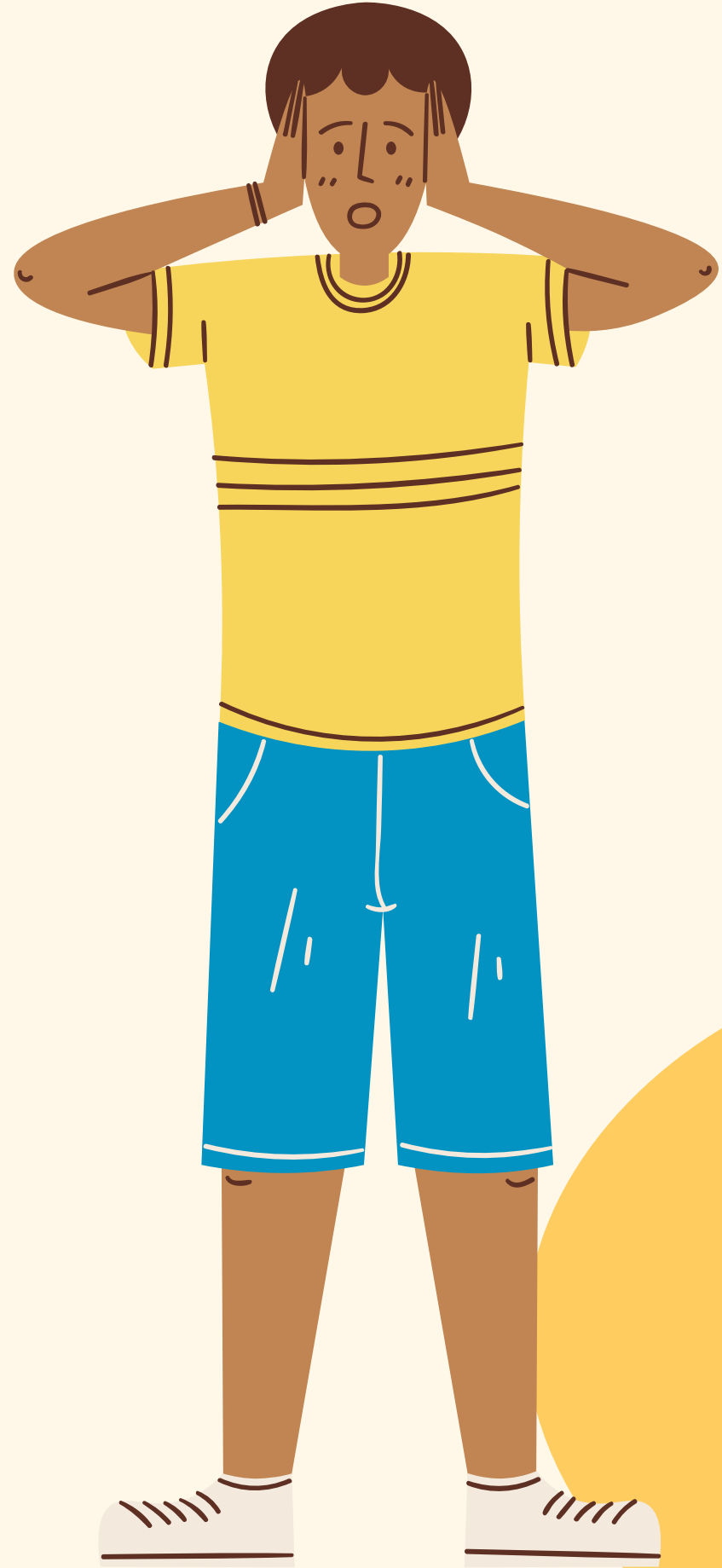
- Çocuğunuza problem çözerken daha barışçıl yöntemler izlemesi için ona destek olun. Sorunlarını daha uygun şekilde çözdüğünü gözlemlediğinizde ona hemen olumlu geri bildirim verin.
- Rol oynama yaparak çocuğunuzun zorbalığa maruz kalan kişi olmasını isteyin. Sizde zorbalık yapan kişi olun. Bir zorbalık durumunu canlandırın ve üzerinde konuşun. Kim nasıl hissetti, daha uygun nasıl davranılmalıydı vb.

ÇOCUĞUM MAĞDURSA;



- Çocuğunuzu suçlamayın. Çocuğunuzun zorbalığa maruz kalıyor olması onun suçu değildir, onu suçladığınızda çocuğunuz daha çok kırılıp içine kapanabilir. Kendisini zorba çocuklara karşı daha güçsüz hissedebilir.
- Başkalarının da bu davranışlara maruz kaldığını anlattıktan sonra bu davranışı hafife almayın. “Olur böyle şeyler” ya da “Geçer boşver” gibi cümleler kurmayın.

- Çocuğunuzun özgüvenini kazanmasına yardımcı olun. Yetenekli olduğu bir alan belirleyin. Onu bu alanda destekleyin. Böylece çocuğunuz sosyal ortamlarda bu başarısı ile kendisini daha iyi hissedecektir.
- İyi bir dinleyici olun. Çocuğunuzun size ilk açıldığında verdiğiniz büyük tepkiler daha sonra sizinle konuşmaktan çekinmesine sebep olabilir. Sakin olup çocuğunuzun neler hissettiğine odaklanın.



ÇOCUĞUM
İZLEYİCİYSE;

- Mağdur çocuklara yardım etmenin önemli olduğunu söyleyin ve kendisinin neden yardım etmediğini sorun.
- Arkadaşı zorbalığa maruz kaldığında neler hissettiği hakkında konuşun. Empati kurmasını sağlayın. Kendisi mağdur olursa neler yapması gerektiği hakkında sohbet edin.
- Mağdur çocuğu gördüğünde güvencikleri yetişkine haber vermesi gerektiğini anlatın.

EBEVEYNLERE NOTLAR



Çocuğunuzu akran zorbalığı hakkında bilgilendirin. Zorbaca davranışların neler olduğunu, nelerin kaza , istemsiz olduğunu anlatın. Onun zorbaca davranışları ayırt etmeyi öğretin.

Zorbalığa maruz kalan çocukların psikolojik destek almadıkları takdirde okula karşı ilgileri azalır ve akademik başarılarında düşüş olur. Bu durumun devam etmesi ileri yaşlardaki hayatlarını olumsuz etkiler; yetişkinlikte kaygı bozukluğu yaşama olasılıklarını yükseltir.

Zorbaca davranışlar sergileyen çocuklar psikolojik destek almadıklarında ise yetişkinlik hayatlarında suç işleme ve sigara-alkol kullanma ihtimalleri diğer bireylere göre daha fazladır. Ayrıca duygusal problem ve depresyon belirtileri gösterme sıklıkları akranlarına göre daha yüksektir.

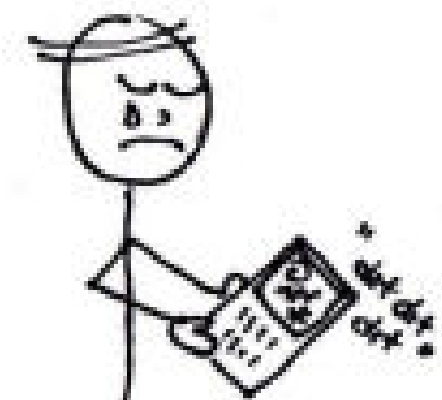
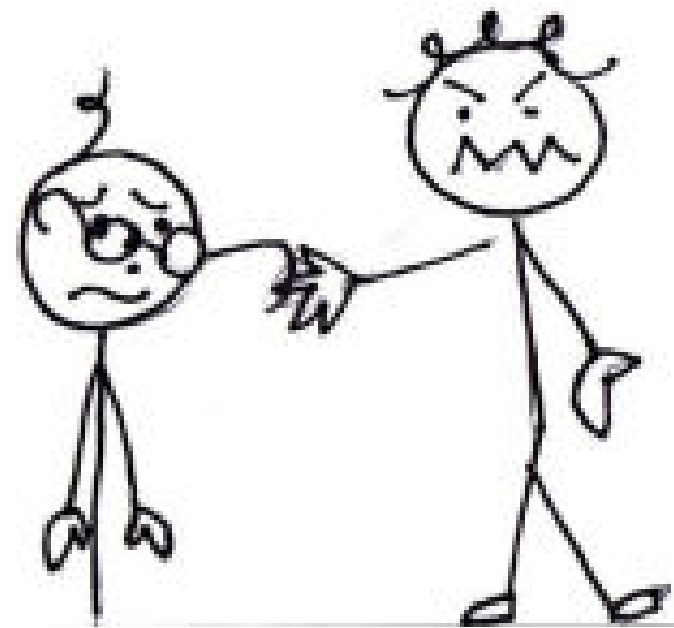
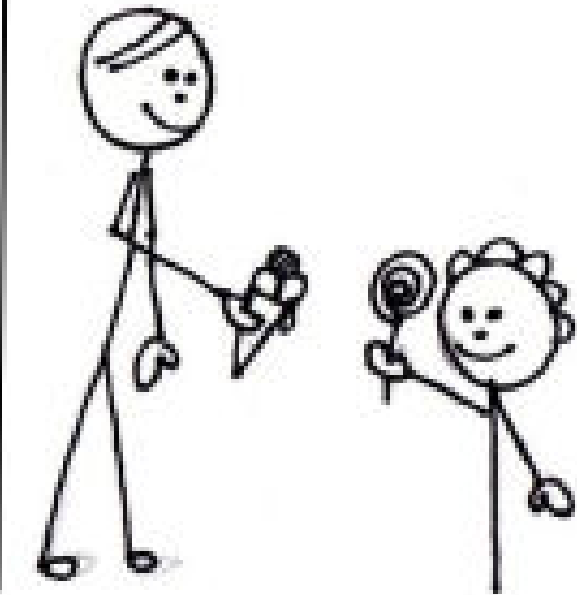
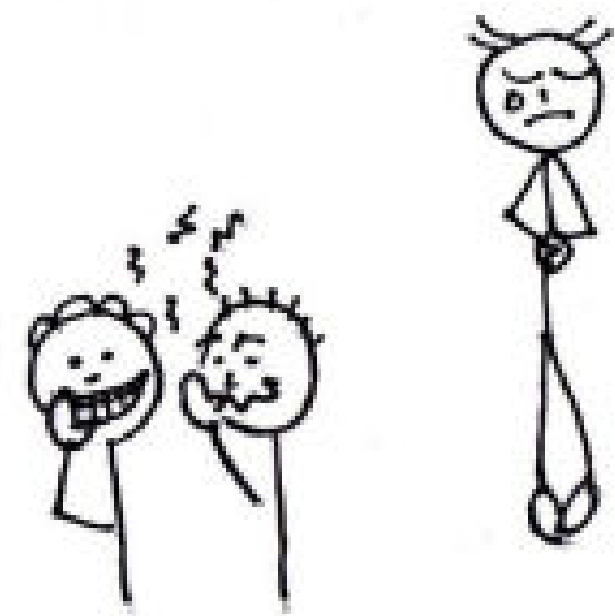
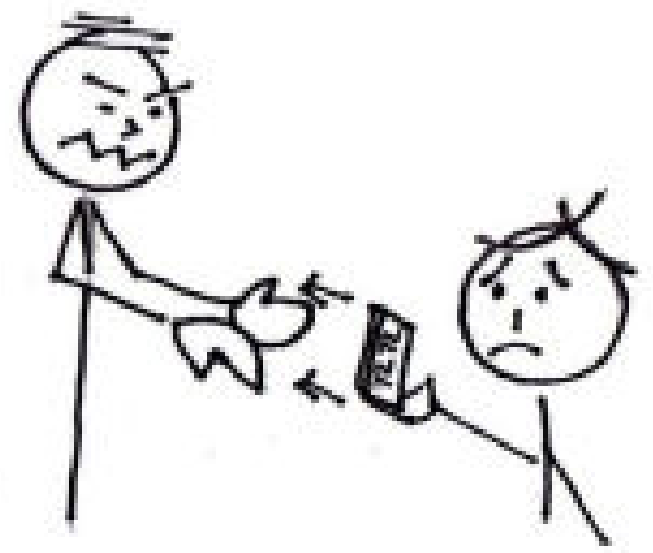
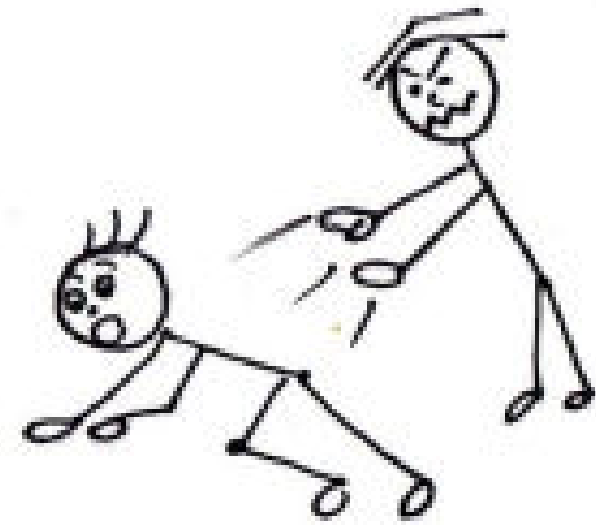
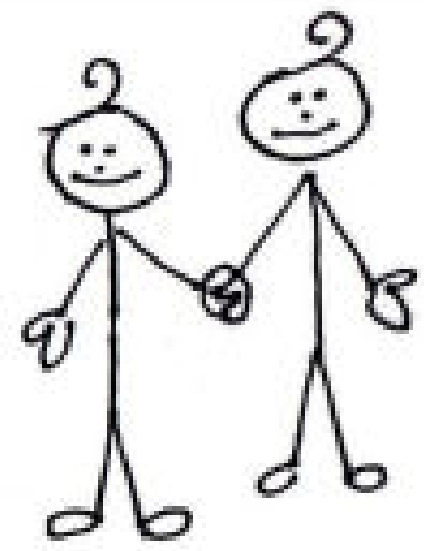
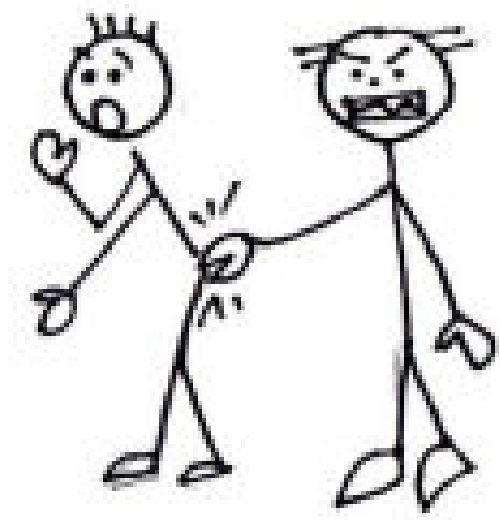
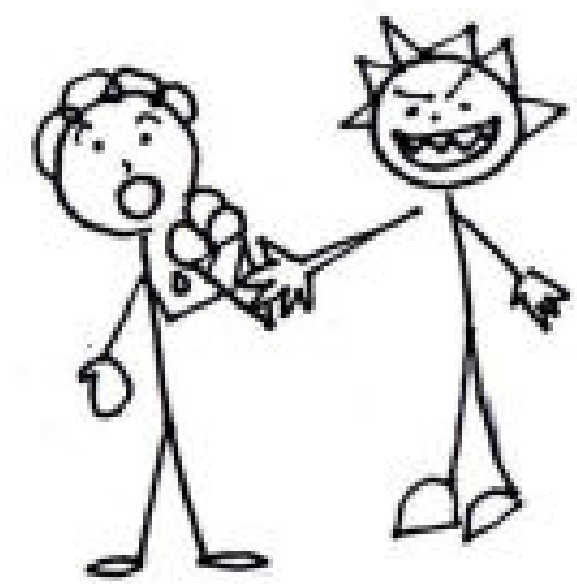
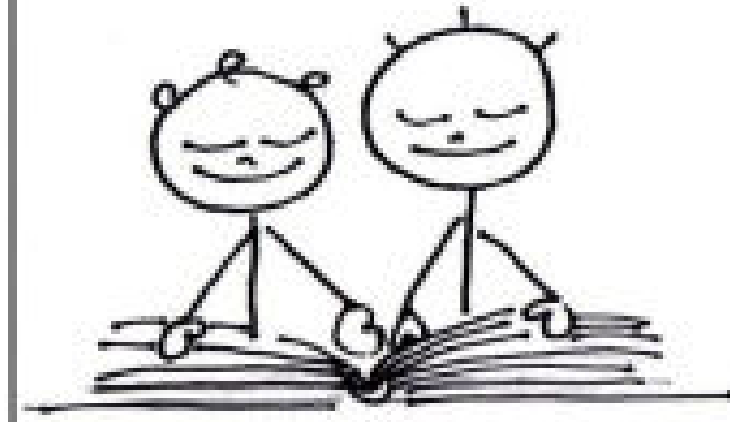
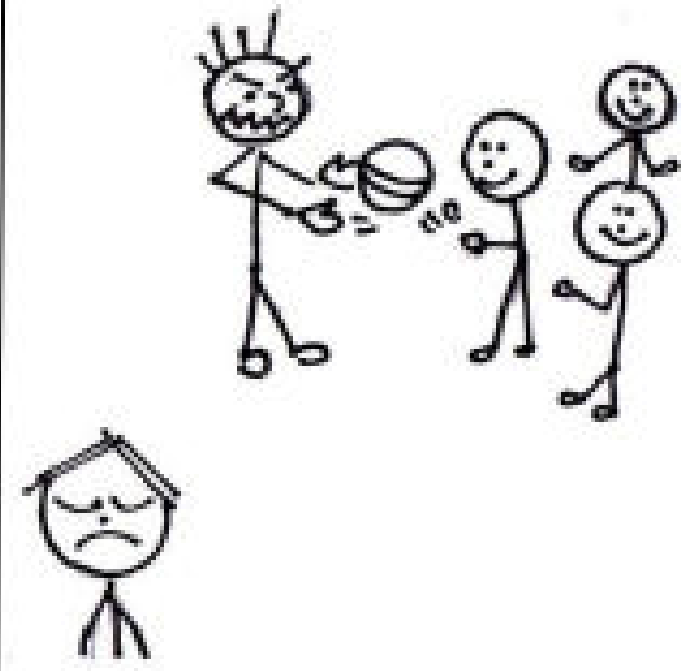
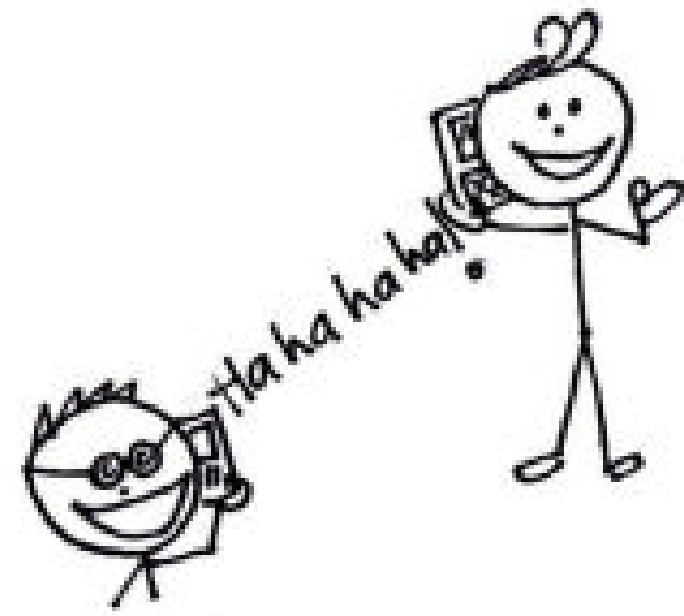
İzleyici kalan çocuklar daha ie dönük bir yapıda olduklarından seyirci kaldıkları olaylardan etkilenir, olumsuz duyguları yoğunlaşır. Bu çocukların iler ki yaşamlarında daha az duygusal kararlılıkları olduğu gözlemlenebilir

Zorbalık döngüsünde yer alan çocukların içinde buldukları durumun ve yetişkinlik hayatlarına yansiyacak olumsuz etkilerin ortadan kaldırılması için mutlaka psikolojik destek almaları gerekmektedir.

ETKİNLİKLER

Bir sonraki sayfada
zorbalık yapanları bulabilir
misin?

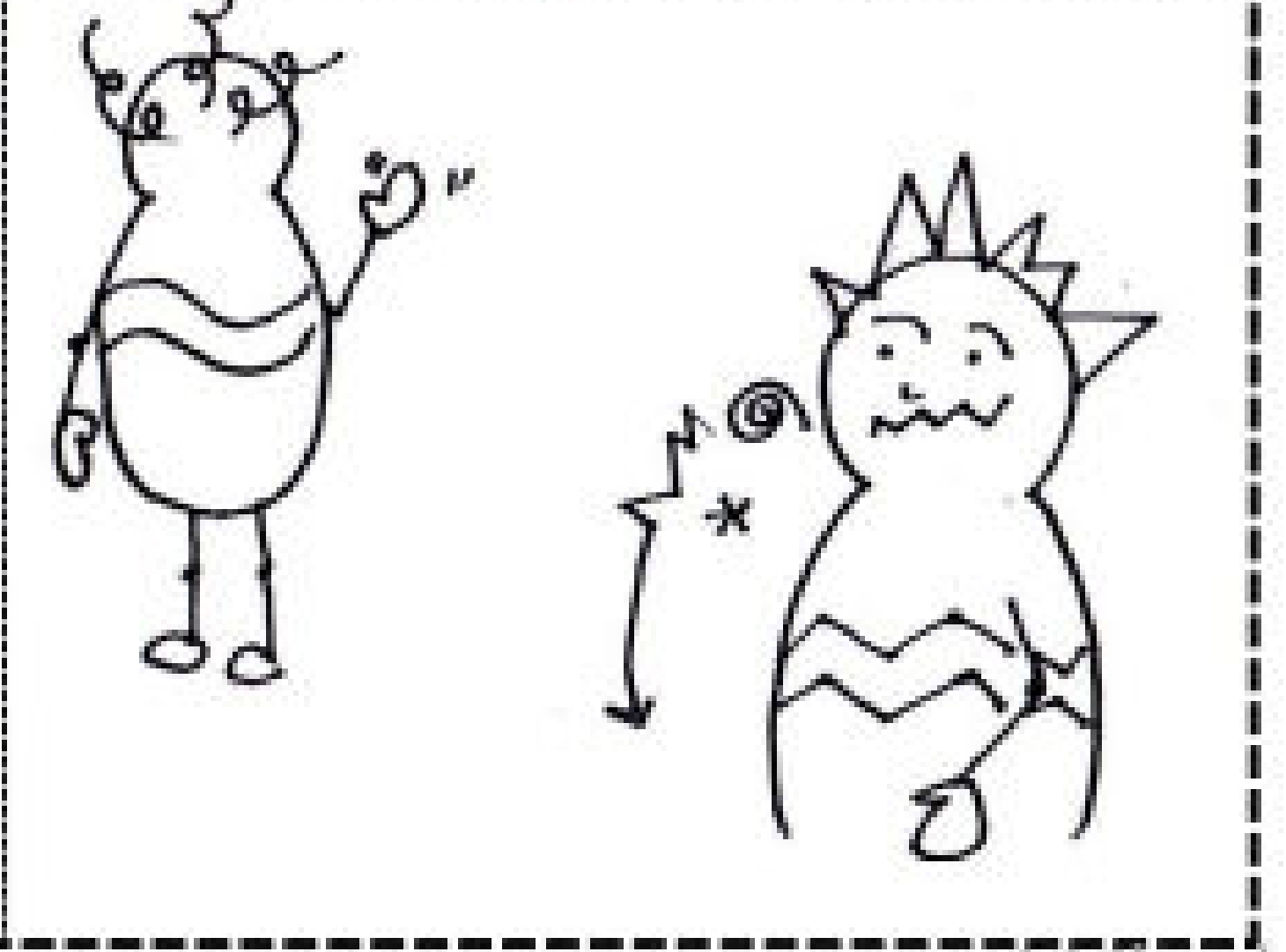
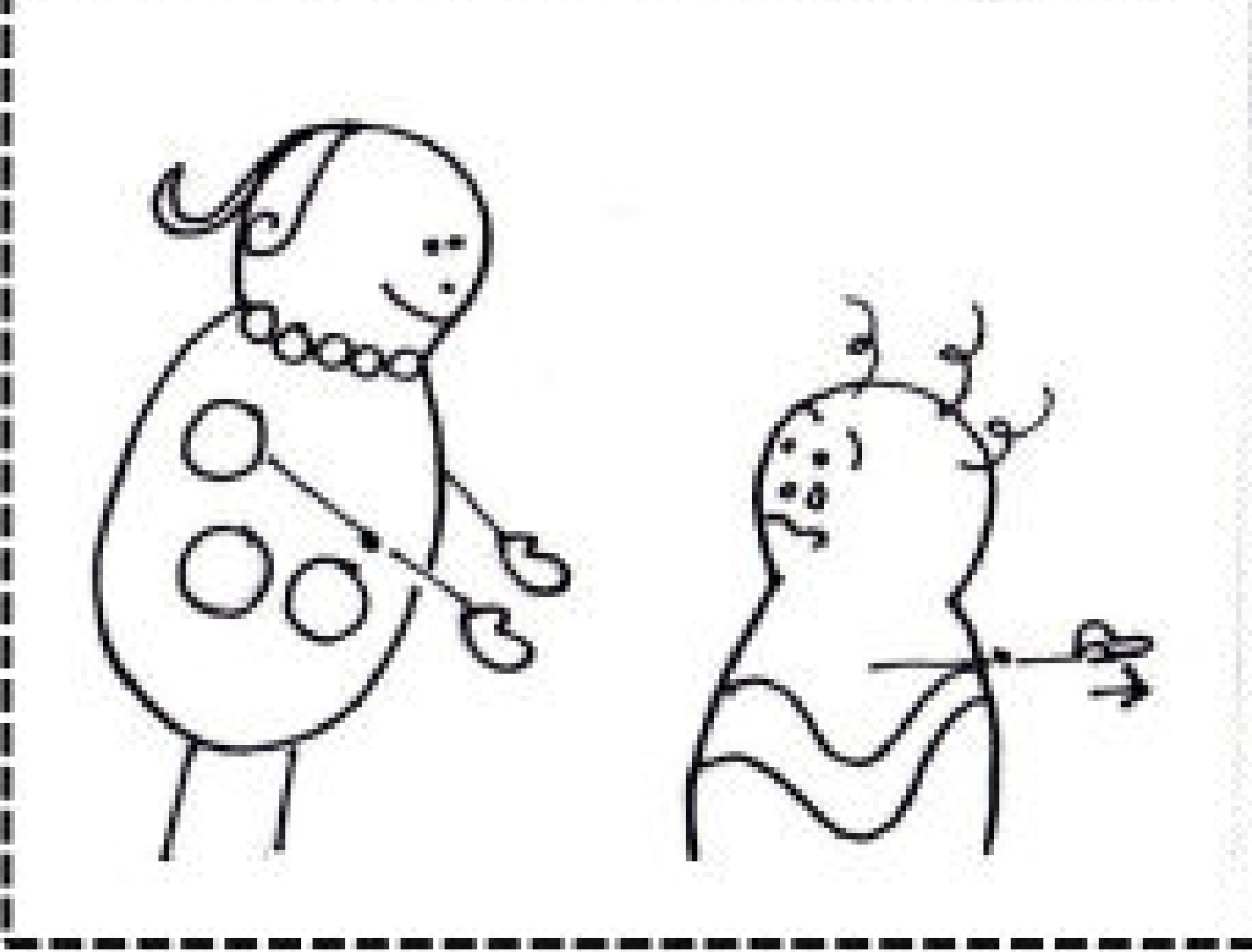




Çocuğunuza zorbalığa maruz kaldığında yapabileceği 4 maddeyi açıklayın ve üzerine konuşun. Bu 4 madde haricinde neler yapılabilir bunun üzerine düşünün ve bir sonraki sayfada yer alan etkinliği uygulayın. Bu etkinlikte yer alan işaretli alanları keserek bu resimlerde neler olduğunu konuşunve boyayın.

ZORBALIĞA UĞRARSAN YAPABİLECEKLERİN;

- o Yüksek sesle «Hayır « diyerek onu durdurmak
- o Söylediklerini, yaptıklarını umursamamak için kendini meşgul etmek
- o Güvendiğin bir yetişkine haber vermek, yardım istemek
- o Ortamı terk etmek



ZORBALIKLA BAŞA ÇIKABİLMEK İÇİN OKUL
PSİKOLOJİK DANIŞMANINDAN YARDIM
ALABİLİRSİNİZ.

