

AKRAN ZORBALIĞI

(VELİ BROŞÜRÜ)



AKRAN ZORBALIĞI

Zorbalık, bir veya birden çok öğrencinin, kendilerinden daha güçsüz öğrencileri, kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve kurbanın kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırıdır (Pişkin, 2002).

AKRAN ZORBALIĞI DAVRANIŞ ÇEŞİTLERİ

Okullarda görülen zorbalık çeşitleri, ilk akla geldiği biçimde sadece fiziksel zorbalık ile sınırlı olmamaktadır. Kurban rolündeki bireyi inciten, ona zarar veren birçok davranış bu kapsamda değerlendirilebilir.

Zorbalık	Örnek
Fiziksel	Kulak çekme - Oturacağı yere rahatsız edici bir cisim koyma - Oyun alanını terk etmeye zorlama - Isırma - Omuz, dirsek, kafa atma - Tekme atma - Çelme takma- Tokat atma- Yumruk atma - Kesici aletlerle, ateşli ve patlayıcı silahlarla saldırma veya korkutma vb.
Sözel	Bedensel özellikleriyle alay etme - Dış görünüşüyle; konuşma tarzı ya da şivesiyle alay etme - Adı ya da soyadıyla dalga geçme; küçük düşürücü isimler (lakap) takma - Küfür etme - Sözel olarak tehdit etme vb.
Dışlama	Oyuna ve çeşitli etkinliklere almama - Grup dışına iterek yalnızlığa terk etme - Görmezden gelme, yok sayma - Diğer öğrencilerin de konuşmasını ve arkadaşlık yapmasını engelleme
Dedikodu	Arkadaşlarını kendisine karşı kıskırtarak aralarının bozulmasına çalışma - Hakkında dedikodu yapma ve söylenti çıkarma - İftira atma ve çeşitli yerlere çirkin yazılar yazma vb.
Eşyalara Zarar Verme	Eşyalarını ya da yiyeceklerini zorla alma - Kantinden zorla bir şeyler ısmarlatma - Para ya da eşyalarını çalma - Eşyalarına kasıtlı olarak zarar verme - Defter ya da kitaplarını karalama ya da üzerlerine kötü şeyler yazma - Ödünç alınan para ya da eşyayı geri vermeme...

Tablo-Yıldırım, R. (2012)

Zorbaların Özellikleri:

- Sert disiplin teknikleri uygulayan veya tamamen ilgisiz ailelere sahiptirler.
- Düşmanlık hisleriyle dolu, öfkeli ve saldırganlardır.
- Baskı kurma istekleri vardır.

- Fiziksel anlamda kurbanlarından daha güçlüdürler.
- Benlik saygıları düşüktür ve empati güçleri zayıftır.
- Aile ilişkileri iyi değildir ve mutsuzdurlar.
- Genellikle akademik başarıları düşüktür.
- Kurallara uymazlar.
- **Kurbanların Özellikleri:**
- Fiziksel olarak zayıftırlar.
- Kendilerine güvenleri düşüktür.
- Diğer çocuklara göre daha duyarlı ve hassastırlar.
- Aşırı korumacı veya ilgisiz ailelere sahiptirler.
- Utangaçtırlar ve arkadaşlık kurmada zorlanırlar.
- Kaygılıdırlar.
- Mutsuzdurlar.



? Neden "Akran Zorbalığı ve Şiddet" ile Mücadele Etmeliyiz ?

1. Zorbalık yaygındır.
2. Zorbalığın mağdurlara yoğun olumsuz etkisi vardır.
3. Hiçbir okul duyarsız kalmamalıdır.

ZORBALIĞIN YOL AÇTIĞI SORUNLAR

a) Ruhsal Sorunlar

Akran istismarına uğramış kişilerin verdiği en genel ruhsal tepkiler arasında; huzursuzluk, tekrarlayan çağrışımsız anılar, panik ve gerginlik hissi ve konsantrasyon bozukluğu sayılmaktadır.

Zorbaliğın yol açtığı ruhsal sorunlar:

- Var olan sorunların daha çok artması
- Uyku sorunları
- Geceleri altını ıslatma
- Depresyon
- Okul fobisi
- İntihar düşünceleri ve girişimi (Güvenir, bt.).

b) Akademik Sorunlar

Zorbaliğa uğrayan öğrenciler sıklıkla okuldan korkarlar, okulu güvensiz ve mutsuz bir yer olarak algırlar. Zorbaliğın yol açtığı akademik sorunlar:

- Ders başarısında düşme
- Konsantrasyon kaybı
- Ders içi uyumsuzluk
- Okul reddi (Güvenir, bt.).

c) Sosyal Beceri Sorunları

Akran istismarı davranışı, normal gelişimin bir parçası değildir. Bu olumsuz davranışın mağdurlar üzerinde olağanüstü yıkıcı bir etkisi vardır. Bu etki onların yaşamlarında iz bırakır, onlarla yetişkinliğe kadar büyür ve gelişir. Zorbaliğa maruz kalmış kişiler mutluluklarını ve başarılarını yeterince yaşayamazlar çünkü mutlu bir yaşamı hak etmediklerini düşünürler. Bunun sonucu olarak sosyal ve duygusal sorunlar yaşarlar. Arkadaşlık kurmak ve sürdürmek onlar için çok güçtür. Bu sorunlar yetişkinlikte de ilerleyerek devam eder ve ağır sosyal uyum sorunları ortaya çıkabilir (Güvenir, bt.). Zorbaliğın yol açtığı sosyal beceri sorunları:

- Düşük benlik saygısı ve azalmış kendine güven
- Arkadaşları tarafından ihmal edildiği duygusu
- Güvensizlik ve içine kapanıklık
- Utangaçlık (Güvenir, bt.).

AİLELER OLARAK NELER YAPABİLİRİZ?

1. Bizler çocuklarımızla olumlu ilişkiler kurduğumuzda ve doğru davranışlarımızla onlara model olduğumuzda, çocuklarımızın akranlarıyla olumlu ilişkiler kurmalarına olanak sağlamış oluruz. Çocuklarımızla kurduğumuz ilişkinin artması, onların zorba veyahut kurban olma olasılığını azaltacaktır.
2. Çocuklarımıza daha fazla vakit ayırmalı, arkadaşlık ilişkileri hakkında fikir sahibi olmaya çalışabiliriz.
3. "Vurana bir tane de sen vur yavrum" demekten vazgeçmek: Çocuğumuzla her ne olursa sorunları şiddetle çözümlenmenin doğru olmadığını ancak kendimizi koruma hakkımız olduğunu öğretebiliriz.
4. Sadece kendimizi değil başkasına yapılan zorbalığa da karşı çıkmamız gerektiğini, zorbaya da susmanın da zorbalık olduğunun her fırsatta altını çizebiliriz.
5. Okulda bu konuya daha sık dikkat çekilmesi için talepte bulunabiliriz. Öğretmenlerin zorbalık yapan çocuğu bireysel olarak uyarmasının yanı sıra bu konuda toplu etkinliklerin oluşturulması gereklidir. Bunun için öğretmen ve rehberlik servislerine yardımcı olabiliriz.
6. Çocuğumuz zorbalığa uğradığında veya kurban durumunda olduğunda öncelikle çocuğumuzla dikkatle dinlemeli, duygularını anlamaya çalışmalı ve ona nasıl yardım edebileceğimizi düşünmeli,

okul ile iş birliği yapmalı ve gerekli olduğu hallerde okul dışı uzmanlardan da destek alınmalıdır.

Bu kapsamda çocuklarımıza ne öğretebiliriz:

1. "Zorbalık nedir"i öğretebiliriz.
2. Birisi sana ya da bir arkadaşına zorbalık yaparsa
 - **Konuşmaya Çalıs:** Kırıcı ve suçlayıcı cümleler olmadan
 - **Karşı Çık:** Yaptığın şeyden hoşlanmıyorum, hemen dur (çocuklarımıza karşısındakinin gözlerinin içine bakarak en sert ses tonu ile hayır demeyi öğretmek)
 - **Şaka yapmayı dene:** Komik bir şey söylemeye ya da dalga geçilen konuyu alaya almayı denemek bazen iyi sonuçlar verebilir.
 - **Zorbanın yanından uzaklaş:** Sana kötü davranan birinin yanında durmak zorunda değilsin. Birisine kötü davrandığını gördüğün birinin yanından da uzaklaş. Onunla arkadaşlık etme.
 - **Arkadaşlarıyla birlik ol:** Arkadaşlarından destek almayı dene ve asla bir zorbaya susarak da olsa destek verme.
 - **Mutlaka bir yetişkine anlat:** Sana yapıyor olması şart değil, bir zorbalıkla karşılaştığında mutlaka büyüğüne olanları anlat.

KAYNAKÇA:

- Güvenir, T. (Ed.). (b.t). *Okulda Akran İstismarı* (1. Basım). Ankara: Kök Yayıncılık.
- Pişkin, M. (2002). Okul zorbalığı: Tanımı, türleri, ilişkili olduğu faktörler ve alınabilecek önlemler. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 2 (2), 531-562.
- Yıldırım, R. (2012). Akran zorbalığı. *CBÜ Sosyal Bilimler Dergisi*.10(2): 39-51.

VALİ ZİYAPAŞA ANADOLU LİSESİ REHBERLİK SERVİSİ