



AKRAN ZORBALIĞI ZORBALIĞA DUR DE!

Zorbalık kavramı son yıllarda oldukça popüler olmuş, 7'den 70'e herkesin gündelik dilinde kullandığı, ne yazık ki kimi zaman da deneyimlemek zorunda kaldığı bir kavram halini almıştır. Söz konusu bu denli popüler ve önemli bir durum olunca zorbalığın ne olduğu, zorbanın kim olduğu ve ne şekilde yaşanabileceğini Nene Hatun Anaokulu Rehberlik Servisi olarak sizler için kaleme almak istedik.



Zorbalık, okullarda yaşanan oldukça yaygın bir şiddet türüdür ve güçlü olan bireyin kendi kazanç ve memnuniyeti için kendisine karşı koyamayacak kadar güçsüz olana tekrarlayan ve acı veren nitelikte fiziksel, psikolojik, sosyal veya sözel saldırılarda bulunmasıdır.

Zorbalık, sıklıkla akran anlaşmazlığı ile karıştırılmaktadır. Zorbalığın, saldırgan davranışlardan farklı bir durum olduğu bilinmeli, zorbalığın bir arkadaş anlaşmazlığı olduğu düşünülmemelidir. Zorbalık, son on yıla kadar fiziksel, sözel ve duygusal şeklinde kategorize edilirken son yıllarda siber zorbalık da bu sınıflandırmanın içine dahil olmuştur.

Fiziksel zorbalık, isminden de anlaşılabilirliği üzere; ısırma, saç çekme, vurma, itme, yumruklama, tükürme, özel eşyalara zarar verme veya el koyma, haraç alma, odaya kilitleme gibi fiziksel birtakım eylemler içerir.



Sözel zorbalık; tehdit etme, korkutma, lakap takma, sataşma, alay etme, hakaret etme, kötü niyetli dediko-dular yayma gibi sözle zarar vermeye yönelik girişimlerdir.



Duygusal Zorbalık; çeşitli el hareketleri ve rahatsız edici bakışlar, kasti ve sistematik bir şekilde birini arkadaşlığa kabul et- meme, çirkin notlar gönderme, yok sayma, zorbalık yapılan kişinin arkadaşlık ilişkilerini etkileme/ bozma gibi eylemler içerir.



Siber zorbalık, bir birey ya da grubun bilgi ve iletişim teknolojilerini kullanarak başkalarına zarar vermek amacıyla sergilediği tekrarlı, kasıtlı ve düşmanca davranışlar olarak tanımlanabilir.



Dünya literatüründeki çalışmalar zorbalığın çeşitli sebepleri olduğunu göstermektedir. Bunlar arasında sosyal sebepler (yetişilen ortam ve kitle iletişim araçları), arkadaş çevresi (çeteleşme ve okul arkadaşlığı), yetiştirilme (aile ortamı, aile bireyleri arasındaki ilişki) ve okul ortamı (öğretmen- idareci yaklaşımı) sayılabilir. Zorbalık uzun vadede ciddi birtakım sorunlara yol açabilmektedir. Bunlar arasında psikolojik sorunlar (huzursuzluk, kaygı, panik, gerginlik hissi, konsantrasyon bozukluğu, uyku sorunları, okul fobisi, alt ıslatma), akademik sorunlar (okul reddi, okula uyumda bozulma vb), sosyal sorunlar (arkadaşlık kurma ve sürdürmede sıkıntılar, güvensizlik, içe kapanma vb.) sayılabilir.

**ZORBA OLMA
KANKA OL'**



Tüm ebeveynlerimize öneriler:

- || Çocuklarımızın, özellikle saldırgan davranışlarla istediklerini yerine getirmelerine izin vermeyin.
- || Çocuklarınıza, sosyal olgunluklarına uygun görevler vererek öz güvenlerinin gelişmesini destekleyin.
- || Çocuğunuz veya siz kızgın ve öfkeliyken tartışmamaya özen gösterin, sakinleştikten sonra konuyu birlikte konuşarak değerlendirin.
- Çocuğunuzun seyrettiği TV programları, filmler ve oynadığı bilgisayar oyunları ve ilgileri ile ilgili bilgi sahibi olun. Televizyon, bilgisayar, tablet ve telefon kullanımını sınırlandırın, içeriklerini takip edin.
- Seyredilen film veya yaşanan gerçek olaylar üzerinde mutlaka paylaşımda bulunun, topluma uyan veya uymayan davranışları birlikte değerlendirin, nedenleri üzerine sohbet edin.
- Çocuğunuzun davranışları ile ilgili olarak sıkça biz öğretmenlerden bilgi alın ve eğer herhangi bir alanda sorun belirtilirse bizlerle iş birliği kurmayı ihmal etmeyin.

Anne- baba olarak çocuğunuzun *mağdur* olduğunu öğrenirseniz;



- Aileler, çocuğunun birisiyle sorun yaşadığını öğrendiğinde, sakin davranmalı, sorunu okulun çözmesi için zaman tanınmalıdır.
- Aileler, çocuklarını dinlemeli ve ona güven vermelidir. Çocuklarının duyguları hakkında konuşarak, zorbalığa uğramasına neden olan özellikleri konusunda çocuklarını güçlendirmelidirler.
- Aralarında sorun yaşayan çocukların ailelerinin bir araya gelmesi sorunun çözümünü zorlaştırabilir. Bu sebeple ailelerin bu konuda birbirleri ile görüşmemeleri daha doğru olacaktır.

Anne- baba olarak çocuğunuzun *zorba* olduğunu öğrenirseniz;

- Çocukla konuyu sakin ancak ciddiye alarak konuşmalı, bu davranışların çocuklar arasında doğal bir davranış olarak değerlendirilmediğini açıklamalısınız.
- || Çocuğa bu davranışlara maruz kalan arkadaşının duygusunu anlatmalı, empati kurmasını sağlamalısınız.
- || Çocuğın bu tür davranışlarını asla onaylamayacağınızı kesin bir dille belirtmelisiniz.
- || Çocuğunuzun savunmamalısınız.
- || Aile bireyleri diğer konularda olduğu gibi bu konuda da çocuklarına karşı tutarlı ve kararlı davranmalıdır. Yaşadığınız ve çözüm bulmakta zorlandığınız noktalarda rehberlik servisi olarak her zaman yardıma hazırız.

