



ALTINYILDIZ İLKÖĞRETİM KURUMU

"Türkiye'nin Örnek Okulu"

MEB Kalite Beratlı - Avrupa Dil Ödüllü Eğitim Kurumu



Akran Zorbalığı

Değerli Anne-Babalar,

Ocak ayı bültenimizde, son yıllarda eğitim ve davranış bilimcilerinin önemle üzerinde durduğu, araştırmaların yapıldığı ve çözüm yollarının arandığı bir konu olan “Akran Zorbalığı” konusunu ele aldık. Günümüzde kişiler arası sağlıklı ilişkiler kurmanın en temel gereksinimlerimizden biri olduğunu düşünecek olursak, akran zorbalığı konusunun önemi daha iyi anlaşılabilir.

Saldırganlık, canlıların temel dürtülerinden, bir diğer ifadeyle, doğuştan getirdiği içgüdülerinden biridir. Zorbalık da bir tür saldırganlık olmakla birlikte, herhangi bir davranışın zorbalık olarak nitelendirilebilmesi için sadece “saldırganlık” özelliği taşıması yeterli değildir. Örneğin, **bedensel veya zihinsel yönden birbirine eşit güçlere sahip iki bireyin tartışması ya da kavga etmesi saldırganlık özelliği taşır**; ancak **zorbalık olarak nitelendirilemez**. Bu durumun zorbalık olarak tanımlanabilmesi için; taraflar arasında “**eşit olmayan güç ilişkisinin olması**”, bunun “**süreklilik**” özelliği taşıması ve “**kasıtlı**” olarak yapılması gibi birtakım özellikleri de barındırması gerekmektedir.

Akran zorbalığı, bir veya birden çok öğrencinin, kendilerinden daha güçsüz öğrencileri, kasıtlı ve sürekli olarak rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve kurbanın kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türüdür. **Zorbalık, çatışma, şiddet veya münakaşadan farklıdır ve bir arkadaş anlaşmazlığı olduğu düşünülmemelidir.**

Zorbalık erken yaşlarda öğrenciler arasında popüler olma, kendini kabul ettirme, sorun çözme ve **empati kurma gibi becerilerden yoksun olma**, devamlı kaygı yaşama, fiziksel ceza yöntemi kullanan ailelerden gelme gibi çok çeşitli nedenler ile tetiklenebilmektedir.

Son 30 yıldır yapılan araştırmalar zorbalığın, çocukların sağlıklı gelişimine yönelik önemli bir tehdit olduğunu, zorbalık olgusunun çocuklar üzerindeki psikolojik ve sosyolojik etkilerinin sadece okul yıllarıyla sınırlı kalmayıp yaşamın sonraki dönemlerinde de devam ettiğini ve yetişkinliğe de taşınma riskinin yüksek olduğunu ortaya koyuyor. Zorbalık, hem zorbaları, hem de kurbanları olumsuz etkilemektedir.

Zorbalık davranışı gösteren öğrencilerin ortak özellikleri incelendiğinde genellikle bu çocukların benlik saygısı yüksek, empati kurma yeteneği gelişmemiş olduğu görülür. Sosyal becerilerde ve ilişki kurma biçimlerinde de yetersizlikler olabilir. Saldırgan ve dürtüsel yapıya sahiptirler. Erkeklerde bu duruma fiziksel üstünlük de eşlik edebilir.

Zorbalığa uğrayan öğrencilerin ise genellikle güvensiz, kendilerini koruyamayan, pasif ve boyun eğici bir tarzları vardır. **Utangaç ve içine kapanıktırlar**. Çok arkadaşı yoktur.

Genellikle aşırı koruyucu ailelerin çocuklarıdırlar. Farklı özelliklere de sahip olabilirler, bunlar: kekemelik, gözlük kullanma, dış aparatı kullanma vb.

Zorbalığın Ortaya Çıkış Biçimleri

Zorba öğrencilerin eylemleri farklı biçimlerde ortaya çıkabilir. Bunlardan bazıları şöyle sıralanabilir:

- **Fiziksel şiddet:** Vurmak, itmek, saç çekmek, yumruk atmak, tekme atmak, kasıtlı olarak eşyalara zarar vermek, korkutarak bir başkasının eşyasını ya da parasını almak.
- **Sözel şiddet:** Fiziksel özelliklerle **alay etmek, isim takmak, hakaret etmek, küfür etmek, korkutmak, sindirmek, sataşmak, küçük düşürmek.**
- **Sosyal yalıtım:** **Dışlamak**, oyuna almamak, **başkalarının söz konusu öğrenciyle arkadaş olmasına izin vermemek, hakkında yalan-yanlış söylentiler çıkarmak ve yaymak**, çeşitli şekillerde kişinin kendisini kötü hissetmesine sebep olmak, **tacizde bulunmak.**

Akran Zorbalığının Yeni Yüzü: Siber Zorbalık

Siber zorbalık, 18 yaşından küçük herhangi bir çocuğun bir başka çocuk veya grup tarafından e- posta, Facebook, Twitter vb. sosyal paylaşım platformları üzerinden veya doğrudan cep telefonlarına gelen sözlü veya yazılı mesajlarla rahatsız edilmesi, küçük düşürülmesi veya aşağılanmasıdır.

Zorbalığın Yol Açtığı Sorunlar

- **Psikolojik sorunlar:** Huzursuzluk, **kaygı**, panik, **gerginlik hissi**, konsantrasyon bozukluğu vb. duygusal değişimlerle var olan **sorunların artması**, uyku sorunları, **altını ıslatma**, okul fobisi ve **depresyon görülebilmektedir**.
- **Akademik sorunlar:** Okula uyumda bozulma, okulu güvensiz ve mutsuz bir yer olarak algılama, devamsızlığın artması, **ders başarısında düşme** vb.
- **Sosyal sorunlar:** Sosyal ve duygusal yaşantıda problemler, **arkadaşlık kurma ve arkadaşlığı sürdürmekte sıkıntı yaşama**, olumsuz benlik algısı oluşturma, **kendini ifade etmekte güçlük çekme**, güvensizlik, yaşama ve içine **kapanıklık**, utangaçlık vb.

Ailelere Öneriler

- Çocukların, özellikle saldırgan davranışlarla **istediklerini yerine getirmelerine izin verilmemeli**, bu tür **davranışlar pekiştirilmemelidir**.
- Zorba olmak ya da zorbalığa maruz kalmak bir yana, sadece bu olaylara tanık olmak bile uzun süreli olumsuz etkilere neden olabilir. Bu nedenle de mutlaka bu durumun erken fark edilmesi ve uygun stratejilerle ve önleme programlarıyla etkilerinin azaltılması **için gerekli önlemler alınmalıdır**.
- Çocuklar, sosyal olgunluklarına uygun görevler verilerek kendine güven duygusunun gelişmesi de desteklenmelidir.
- Çocuklar kızgın ve öfkeliyken onlarla tartışmamalı ve sakinleştikten sonra bu durum birlikte konuşularak değerlendirilmelidir.
- Çocuğun, seyrettiği TV programları, filmler , oynadığı **bilgisayar oyunları** ilgileri konusunda **dikkatli olunması gerekir**. Televizyon izlemesi sınırlandırılmalı, hangi programları izlediği, hangi bilgisayar oyunlarını **oynadığı ise kontrol edilmelidir**.
- Seyredilen film ve yaşanan **gerçek olaylar üzerinde mutlaka konuşulmalı**, topluma uyan veya uymayan davranışlar çocukla birlikte değerlendirilmelidir.
- Çocuklar ,çeşitli sosyal ve sportif alanlara yönlendirilmeli ve onlara ,hobilerini yapmaları için fırsatlar verilmelidir.
- Aileler ,çocuklarıyla **daha nitelikli zaman geçirmeli**; zorbalık davranışlarına karşı dikkatli ve özenli olmalıdır.
- **Kardeşler arasında böyle bir durum varsa mutlaka müdahale etmeli** bu tür davranışlara izin verilmemelidir.
- Aileler çocuklarının diğer arkadaşlarının yanında popüler olması yönündeki arzularını, çocuklarına yansıtmaktan kaçınmalıdır.
- Aileler, çocuklarıyla **sorgulayıcı nitelikte değil**, paylaşım amacıyla **sohbet etmeli**, çocuklarının arkadaşlıklarını (kendisini üzen veya kızdıran) anlamaya çalışmalıdır.
- **Anne ve baba çocuklarının bir arkadaşına zorbalık çocuğa öğrendiğinde, çocuklarını savunmamalı ve bu tür davranışları asla onaylamayacaklarını kesin bir dille belirtmelidir**. Çocuğun, empati kurarak karşısındakinin zorba bir davranış karşısındaki duygusunu anlaması sağlanmalıdır. Zorbalığın doğal bir davranış olmadığı vurgulanmalıdır.
- Aileler, çocuklarının **davranışları ile ilgili olarak sıklıkla** öğretmenlerinden bilgi almalı çözüm üretmeye çalışmalıdır. Eğer davranış problemi devam ederse **ALTINYILDIZ İLKÖĞRETİM KURUMU REHBERLİK SERVİSİMİZLE** iletişime geçilmesi gerekmektedir.
- Akran zorbalığı, toplumsal yaşantının sürdüğü ortamlarda önemli bir sorundur ve bu sorunla ebeveynlerin tek başlarına mücadele etmeleri oldukça zordur. Davranışsal sorunların, en sağlıklı biçimde aile-okul-çocuk üçgeninde, **öğretmenlerin, ebeveynlerin ,rehberlik servisinin birbirleri ile iletişim halinde bulunarak çözülebileceği unutulmamalıdır**.