

AKRAN ZORBALIĞI

AKRAN ZORBALIĞININ SONUÇLARI NELERDİR?

AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Zorbalık, 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.

AKRAN ZORBALIĞININ TÜRLERİ NELERDİR?

- **Fiziksel Zorbalık:** Vurmak, itmek, tükürmek, eşyalarına zarar vermek gibi davranışlarla doğrudan fiziksel güç uygulanmasını içermektedir.



- **Sözel Zorbalık:** İsim/lakap takmak, hakaret etmek, alay etmek, bağırarak, laf ile sataşmak gibi olumsuz sözler kullanılarak gerçekleştirilir.

- **İlişkisel Zorbalık:** Oyuna almamak, arkadaş grubundan dışlamak, görmezden gelmek gibi kişinin sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefleyen davranışları içermektedir.



- **Siber Zorbalık:** Rahatsız edici mesajlar atmak, fotoğraflarını izinsiz paylaşmak, sosyal medya hesabını ele geçirmek gibi elektronik iletişim araçlarıyla yapılan davranışları içermektedir.

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 zayıftır. Kendilerine güvenleri düşüktür. Diğer çocuklara göre daha duyarlı ve hassastırlar. Aşırı korumacı veya ilgisiz ailelere sahiptirler. Utangaçtırlar ve arkadaşlık kurmada zorlanırlar. Kaygılıdırlar.

DAVRANIŞA MARUZ KALAN ÇOCUKLAR

Benlik saygısını yitirirler ve bunu geri kazanmaları yıllarca sürebilir. Kendine ve diğer insanlara olan güvenini yitirebilir. Arkadaşlarından soyutlanabilir ve yalnız kalabilir. Depresyona girebilirler. Devamsızlığı artabilir ya da okulu terk edebilir. Hıncını başka çocuklardan çıkarabilir.

ZORBALIK DAVRANIŞI GÖSTEREN ÇOCUKLAR

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

ZORBALIK DAVRANIŞLARINA ŞAHİT OLAN ÇOCUKLAR

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

Öğrencilerinizin zorbalık konusunda farkındalık kazanmalarını sağlayın

Okulunuzda öğrencilere yönelik yürütülen farkındalık çalışmalarını takip edin, öğrencilerin bu tür çalışmalara aktif katılımlarını sağlayın. Kendi derslerinizde de bu konuya zaman ayırın, fikirlerinizi paylaşarak öğrencilerinize rehberlik edin.

Öğrencilerinizle sağlıklı bir iletişim kurun

Öğrencilerinize sevgi ve ilginizi gösterin, onları etkin bir şekilde dinleyin. Öğrencilerinizin sizinle birebir görüşme taleplerini reddetmeyin. Sağlıklı bir iletişim, öğrencilerinizin zorlandıkları durumlar karşısında sizden yardım istemesini sağlayacaktır

Öğrencilerinizin sosyal ve duygusal gelişimlerini önemseyin

Öğrencilerinizin iş birliği, yardımlaşma, paylaşma, arkadaşlık kurma ve empati gibi sosyal ve duygusal beceriler geliştirmesine katkı sağlayın. Derslerinizde öğrencilerinizin bu becerileri uygulayabilecekleri ve geliştirebilecekleri fırsatlar (grup ödevleri, sosyal projeler, sınıf içi tartışma, drama) yaratın.

Zorbalık konusunda iş birliğine açık olun

Zorbalık olayları gözlemlediğinizde okul yönetimi, rehber öğretmen/psikolojik danışman ve meslektaşlarımızla durumu paylaşın, birlikte hareket edin.

AKRAN ZORBALIĞININ ÖNLENMESİ İÇİN NELER YAPABİLİRSİNİZ?

Sınıf kuralları belirleyin

Zorbalık davranışlarını önlemek için öğrencilerinizle birlikte onların yaşına uygun kurallar belirleyin. Kuralları olumlu sözcüklerle ifade edin ve öğrencilerinize öğretin. Kurallara uymadıkları takdirde nasıl bir yaptırımla karşılaşacaklarını net bir şekilde belirtin ve kuralların uygulanmasında tutarlı davranın.

Demokratik bir sınıf ortamı yaratın

Öğrencilerinizin kendilerini rahat ifade edebildikleri, birbirlerine saygılı davrandığı ve farklılıkları kabul ettiği bir sınıf ortamı yaratın. Bu konuda sizin iyi bir rol model olmanız daha etkili olacaktır

Öğrencilerinizin zorbalık davranışlarına onay vermediğinizi belirtin

Öğrencilerinize zorbalığın hiçbir gerekçesi olamayacağını ve sizin de bu davranışları onaylamadığınızı net ifadelerle aktarın.

Öğrencilerinizi gözlemleyin

Okulun farklı alanlarında öğrencilerinizin davranışlarına ve arkadaşlık ilişkilerine dair gözlem yapın. Öğrencilerinizdeki bazı değişikliklerin zorbalığa işaret edebileceğini unutmayın. Açıklanamayan yaralanmalar, eşyalarının zarar görmesi, fiziksel belirtiler (baş ağrısı, mide bulantısı), düşük akademik başarı, okula olan ilgide azalma, benlik saygısında düşüş gibi belirtiler dikkatle takip edilmelidir.

Öğrencilerinizin aileleri ile yakın ilişki içinde olun

Öğrencilerinizin aileleriyle sağlıklı ilişkiler kurmaya ve onları tanımaya çalışın. Veli toplantısı ve aile katılımı yoluyla onlara çocuklarının okul yaşantısı ve gelişimi konusunda destek sağlayın. Zorbalık yapan veya zorbalığa maruz kalan öğrencilerinizin ailesini bilgilendirin ve sizinle iş birliği kurmalarını sağlayın.

Öğrencilerinizi ve ailelerini uzman desteği alma konusunda cesaretlendirin

Gerekli olması hâlinde, öğrencilerinize zorbalığın sonuçları ile baş edebilmeleri, sosyal ve duygusal beceriler kazanmaları veya zorbaca davranışlarını değiştirmeleri konusunda uzman yardımı almaları için yol gösterin ve onları destekleyin.

**El Ele verelim zorbalığı
yenelim**