

MUNİS FAİK OZANSOY ORTAOKULU
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
SERVİSİ

VELİ BÜLTENİ
AKRAN ZORBALIĞI



AKRAN ZORBALIĞI



Akran zorbalığı, bir ya da birden çok öğrencinin kendilerinden daha güçsüz gördükleri öğrencileri kasıtlı ve sürekli rahatsız etmesiyle sonuçlanan ve kurbanın kendisini koruyamayacak durumda olduğu bir saldırganlık türüdür.

Zorbalık Türleri

- **Fiziksel zorbalık;** 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 dedikodular yayma gibi sözle zarar vermeye yönelik girişimlerdir.
- **Duygusal zorbalık;** çeşitli el hareketleri ve rahatsız edici bakışlar, kasti ve sistematik bir şekilde birini arkadaşlığa kabul etmeme, çirkin notlar gönderme, yok sayma, zorbalık yapılan kişinin arkadaşlık ilişkilerini etkileme/ bozma gibi eylemler içerir.
- **Siber zorbalık;** başkalarının şifrelerini ele geçirmek, internet sitelerini hacklemek, spam veya virüs içeren mailler yollamak veya rahatsızlık verme, hakaret etme, alay etme, fotoğrafları izinsiz olarak paylaşma gibi eylemler içerir.

ZORBALIK OLAYLARINA KARIŞAN ÖĞRENCİLER

Zorbalar: Kendilerinden daha güçsüz olan öğrencilere zorbaca davrananlar.

Mağdurlar: Kendilerinden daha güçlü öğrencilerin zorbalıklarına uğrayanlar.

Hem Zorba Hem de Mağdur Olanlar: Zaman zaman zorbalık yapan, bazen de başkalarının zorbalığına uğrayanlar.

Seyirciler: Sadece pasif olarak akran zorbalığına tanık olmayan aynı zamanda zorbalıkta aktif rol oynayan gruptur.



Zorbalığa Maruz Kalan Çocuklarda Görülen Sorunlar



Güvensizlik ve içe kapanma

Uyku problemleri

Okul fobisi ve devamsızlık artışı

Depresyon

Dikkat kaybı

Gece altı ıslatma

Ders başarısında düşme

Eşyalara ya da başka kişilere zarar verme

ZORBALIK DAVRANIŞININ SONUÇLARI

Zorbalık davranışı gösteren çocuklar:

- Yardım edilmezse ileriki yıllarda da başkalarının üzerinde güçlerini kötüye kullanmaya devam eder ve başkaları için bir tehdit oluşturabilirler.
- Soyutlanabilir ve yalnız kalabilirler. Yaptırım ve ceza görebilirler.
- Başkalarıyla iş birliğinin yarattığı mutluluk, manevi tatmin gibi olumlu duygulardan yoksun kalabilirler.



Davranışa maruz kalan çocuklar:

- Benlik saygısını yitirirler ve bunu geri kazanmak yıllarca sürebilir.
- Kendine ve diğerlerine olan güvenini yitirebilir.
- Arkadaşlarından soyutlanabilir ve yalnız kalabilir.
- Depresyona girebilirler.
- Devamsızlığı artabilir, başarısında düşme yaşanabilir ya da okulu terk edebilir.
- Hıncını başka çocuklardan çıkarabilir.

Zorbalık davranışlarına şahit olan çocuklar:

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

AKRAN ZORBALIĞI VELİLERE ÖNERİLER

Çocuğumla ilgilenirim, duygusal tutumumun etkilerini bilirim.

Saldırganlığa karşı tolerans ve hoşgörü göstermem. Saldırgan davranışa sınır getiririm.

Çocuk yetiştirmede güç kullanımının farkındayım: Fiziksel ceza ve şiddete dayalı yöntemler uygulamam.

Çocuğumun gelişim dönemine özgü özelliklerini öğrenirim, bu dönemlere ilişkin olası risklere hazırlıklı olurum.

Çocuğumu olduğu gibi kabul edip biricikliğine saygı gösteririm.

Çocuğumun problemlerini çözebilmesi için ona fırsat veririm.

Çocuğum ne yaşarsa yaşasın kolaylıkla benimle paylaşabilmesi için açık bir ilişki olanağı sağlarım.

Çocuğumun diğer arkadaşlarının yanında popüler olması yönündeki beklentimin onun kişilik gelişimini olumsuz etkileyeceğini bilirim.

Çocuğumla ortak zaman geçiririm.

Çocuğumun telefonda veya internet üzerinden kimlerle arkadaşlık yaptığını, ilişki biçimlerini, izlediği TV programlarını, girdiği internet sitelerini ve oynadığı oyunları vb. takip ederim.

Çocuğumun arkadaş çevresinde ya da bana karşı davranışlarında değişiklik olup olmadığı konusunda dikkatli ve duyarlı davranırım.

Zaman zaman çocuğuma kendisini üzen veya kızdıran arkadaşları olup olmadığını ve bu durumun nasıl olduğunu sorarım.