

# AKRAN ZORBALIĞI

## Zorbalık Nedir?

Bir ya da birden çok öğrenci

kendilerinden daha güçsüz olan öğrencilere bilerek , isteyerek ve sürekli bir biçimde tekme atıyorsa, itip çekiyorsa, sataşıp, alay ediyorsa, dalga geçiyorsa, kızdırıp, isim takıyorsa, küçük düşürücü sözler ve küfürler ediyorsa, dedikodu yapıyorsa, para ya da diğer eşyalarını zorla alıyorsa, tehdit ediyorsa, arkadaş grubundan dışlayıp yalnızlığa terk ediyorsa bu bir saldırganlık türüdür ve buna **zorbalık** denir.

**Akran zorbalığı**, aynı yaş veya eş düzeydeki kişiler arasında geçer ve zorba kurbanı göre daha güçlü bir konumdadır.

## Davranışın Zorbalık Olarak Adlandırılması İçin:

- Kişiler arasında güç dengesizliği olmalı
- Kasıtlı olarak zarar verme isteği olmalı
- Sürekli ya da tekrarlayıcı olmalı

## Zorbalık Türleri Nelerdir?

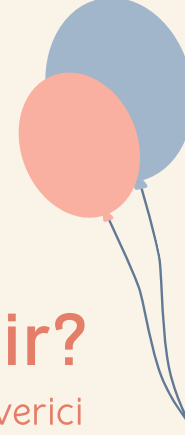
- Fiziksel Zorbalık(Vurma, itme, tekme atma)
- Sözel Zorbalık(İsim takma, alay etme)
- Sosyal/Duygusal Zorbalık (dışlama, görmezden gelme)
- Siber Zorbalık(İnternet/mesaj yolu ile tehdit etme, dedikodu yayma)

## Zorba Kimdir?

Zorba, kurbandan fiziksel ve psikolojik olarak daha kuvvetli konumda olan ve zarar veren bireydir.

Zorbalar;

- Aslında korkarlar
- Popüler olmak isterler
- Kendilerini beğenmezler
- Yalnızlık hissederler
- Acımasızlık ve saldırganlık vardır



## Kurban Kimdir?

Zorbanın tekrarlı zarar verici davranışlarını yönelttiği bireydir.

Kurbanlar;

- Kızgınlık
- Korku
- Güvensizlik
- Utanma
- Mutsuzluk, hisseder

## İzleyici Kimdir?

Zorbaca davranışların sergilendiği ortamdır. Ancak davranışları durdurmak adına bir adım atmaz, olaya seyirci kalır.

İzleyiciler;

- Pişmanlık , korku hisseder
- Kendine kızar
- Çaresizlik olur.

**Peki sizin çocuğunuz hangisi?**

## Zorbalık Nasıl Anlaşılır?

Çocuğunuz;

- Okula gitmek istemiyor ise
- Çocuğunuzun eşyalarının sıklıkla yok olduğunu veya zarar görmüş şekilde geri getirdiğini görüyor iseniz
- Okuldaki arkadaşlarından hiç bahsetmiyor ise,
- Tam olarak açıklayamadığı yara veya izleri var ise,
- Kendi ile ilgili olumsuz ifadeleri varsa/arttıysa,
- Normal düzeninde değişiklikler fark ettiyseniz(yemek yeme, uyku, oyun vb.),
- Duygu dalgalanmalarının normalden fazla ise (öfke patlamaları, ağlama krizleri vb.)

zorbalığa maruz kalıyor olabilir.Önlem almakta, okul ile iletişime geçmekte fayda vardır.



## Öğretmen Zorbalığı Önlemek İçin Ne Yapabilir?

- Okulunuzun zorbalıkla ilgili politikalarını öğrenin
- Öğrencilere saygı ve sevgi gösterin

(Unutmayın ki anlaşılacağını hisseden öğrenci sizden yardım istemekten çekinmeyecektir.)

- Meslektaşlarınızla zorbalığın ne olduğunu tartışın
- Zorbalık konusunda etkinlikler düzenleyin
- Anında harekete geçin(ki zorbanın davranışına onay verdiğiniz düşünülmesin)



## Ebeveyn Zorbalığı Önlemek İçin Ne Yapabilir?

- Çocuğunuzla her gün konuşun ve onu dinleyin
- Okulda ve hatta teneffüste bazen zaman geçirin
- İyi bir örnek olun(Çocuklar ebeveynlerinden gördüğünü yansıtır)
- Sağlıklı "zorbalık karşıtı" alışkanlıklar kazandırın
- Çocuğunuzun zorbalığı anladığından emin olun



Çocuklarımıza empati kurmayı öğretmek, bunun için günlük hayatımızda fırsatlar yaratmak ve onlarla konuşmak çok önemli.

Sorgulayıcı bir tutumdan ziyade, gerçekten arkadaşlıkları hakkında bilgi almak için onlarla sık sık sohbet ortamı oluşturarak çocuklarınızın ilişkileri hakkında fikir edinebilirsiniz. Bir sorun olduğunu fark ettiğinizde, bunu sizin dışınızda paylaşabileceği birilerinin olup olmadığını sorabilirsiniz. Güven duyduğu bir öğretmen ve bir arkadaşının olması onu hem mücadele etmek için cesaretlendirecek, hem de sorunla baş etmesi için bir yardım eli olacaktır.

**Okul Psikolojik Danışmanı**