



OKULDA AKRAN ZORBALIĞI VELİ BÜLTENİ

PSİKOLOJİK DANIŞMAN
SERAY AYYILDIZ

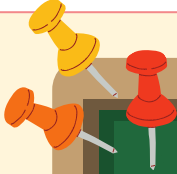
SANIYE SEZGİN ELMAS
İLKOKULU
REHBERLİK SERVİSİ

KASIM
2023

OKULDA AKRAN ZORBALIĞI

“Bir ya da daha fazla öğrencinin, bir başka öğrenciye (mağdura) sürekli olarak olumsuz davranışlarda bulunmasına Akran Zorbaliğı denir. Zorbalık davranışında temel olarak üç grup vardır:

- 1-Zorbaca davranış sergileyen **zorba**,
- 2-Zorbaca davranışlara maruz kalan **kurban veya mağdur**
- 3- **izleyiciler**.



- Zorba, kurbandan fiziksel ve psikolojik olarak daha kuvvetli konumda olan ve zarar veren bireydir.
- Zorbaliğına maruz kalan ise zorbanın tekrarlı zarar verici davranışlarını yönelttiğı bireydir.
- İzleyiciler ise zorbaca davranışların sergilendiğı ortamdadır ancak davranışları durdurmak adına bir adım atmaz, olaya seyirci kalır.



ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA MARUZ KALDIYSA

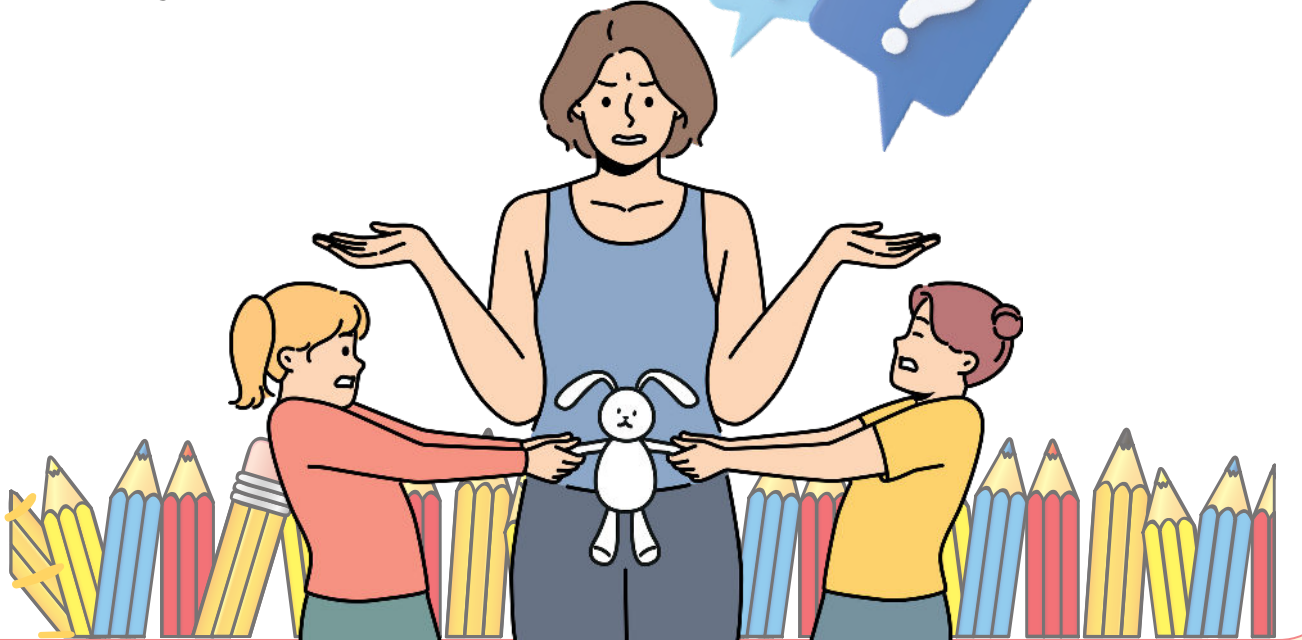


- **Çocuğunuzun yaşadığı sıkıntıları sorun ve sadece ne hissettiğini anlamaya çalışarak dinleyin**
- **Çocuğunuzun suçlamayın. Çocuğunuzun zorbalığa maruz kalıyor olması onun suçu değildir, onu suçladığınızda çocuğunuz daha çok kırılıp içine kapanabilir. Kendisini zorba çocuklara karşı daha güçsüz hissedebilir.**
- **Başkalarının da bu davranışlara maruz kaldığını anlattıktan sonra bu davranışı hafife almayın. “Olur böyle şeyler” ya da “Geçer boşver” gibi cümleler kurmayın. Çünkü hiç kimse zorbalığı ya da şiddeti hak etmemiştir.**
- **Anne baba olarak hemen harekete geçmeyin. Öfkeli bir biçimde hesap sorma tavrı takınmak yerine çocuğunuza ona nasıl yardımcı olabileceğinizi sorun. Birlikte çözümler arayarak bir strateji belirleyin. Çünkü büyüdüğünde herhangi bir sorunla karşı karşıya kaldığında çocuğunuzun tek başına çözüm üretebilmeye ihtiyacı olacaktır. Çözüm üreten siz değil çocuğunuz olsun.**
- **Çocuğunuzun yetenekli olduğu bir alan belirleyin. Onu bu alanda destekleyin. Böylece çocuğunuz sosyal ortamlarda bu başarısı ile kendisini daha iyi hissedecektir.**
- **Çocuğunuza kasti ya da kişisel bir saldırı olduğunu düşünmeyin. Çünkü zorbalık gösteren çocuklar bu davranışı modelleme yolu ile kendi ailelerinden ya da çevrelerinde gördükleri birilerinden öğrenmektedirler. Sebebini bilmeden gösterdikleri zorba davranışların bazen farkında bile olmayabilirler.**



ÇOCUĞUNUZ ZORBALIK DAVRANIŞINDA BULUNUYORSA:

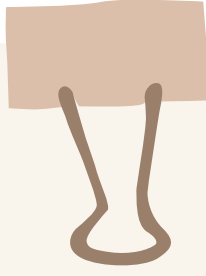
- Zorbalık davranışını gösterdiğini gördüğünüz an hemen onu uyarın. Ör: “Bunu yapman doğru değil”
- Çocuğunuz uyarmanıza rağmen zorba davranışına devam ediyorsa bu davranışı durduracak şekilde müdahalede bulunun. Ör: “Eğer sen kendini bu konularda sınırlandıramıyorsan annen/ baban olarak bunu senin yerine düzenlemek benim görevim”
- Çocuğunuza empatiyi, saygıyı ve mahremiyeti öğretin. Ör: “Böyle davrandığın zaman karşıdaki arkadaşın ne hissetmiş olabilir?” Bu nedenle çocuğunuza olumlu rol model olmanız gerekir.
- Çocuğunuzun yaptığı davranışların sorumluluğunu almasını sağlayın. Kendi çantasını kendisi hazırlasın, ödevlerini kendisi yapsın, beslenmesini kendisi hazırlasın.
- Çocuğunuza verdiğiniz yasak ve sınırlamaların istikrarlı olmasına önem verin. Yasağınızı uygulamaktan vazgeçmeyin.
- Maddi ödül ve hediyeler yerine manevi olarak çok daha değerli olan geri bildirimler verin. Teşekkür etmek, tebrik etmek, olumlu davranış gösterdiğinden dolayı bu davranışlarını takdir etmek, gibi.





ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI ANLAMAK İÇİN İPUÇLARI

- Okula gitmek istememe (normal isteksizlikten daha fazla)
- Sürekli zarar görmüş ya da kaybolmuş eşyalar
- Okuldaki arkadaşlardan bahsetmeme
- Okul dışı zamanlarda arkadaşlarıyla görüşmek istememe
- Kendisi ile ilgili olumsuz ifadeler kullanma
- Tam olarak açıklayamadığı yara/bere izleri
- Yemek yeme, uyku, oyun gibi normal düzeninde değişiklikler
- Öfke patlamaları, ani krizler



NOT: Yukarıdakiler sadece zorbalığa ait ipuçları değil, çocuğunuzun duygusal sıkıntıda olduğuna dair uyarılardır. Ancak çocuğunuzun zorbalığa uğruyor olma ihtimalini göz önünde bulundurmanız önemlidir



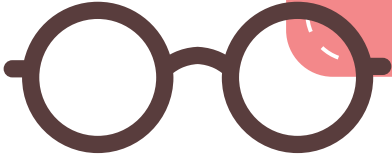
ÇOCUĞUNUZ ZORBA DAVRANIŞLARI GÖSTERDİĞİNİ ANLAMANIZ İÇİN İPUÇLARI



- Agresif bir tutum
- Diğer çocuklara sert davranma, dalga geçme
- Çabuk öfkelenme, ani duygu değişimi
- Popüler olma isteği
- Bilgisayar önünde çok fazla vakit geçirme
- Arkadaşlarına lakap takma, alay etme ve aşağılayıcı ifadeler
- Okuldan çocuğunuz hakkında sınıf öğretmeni ve diğer öğrenci velileri tarafından şikayetler gelmesi

- Bu durumlar çoğunluklu çocuğunuzda bulunuyorsa zorba davranışları diğer çocuklara uygulama ihtimali vardır.

ÇOCUĞUNUZ İZLEYİCİ KONUMDA İSE



- Mağdur çocuklara yardım etmenin önemli olduğunu söyleyin ve kendisinin neden yardım etmediğini sorun.
- Yardım etmediğinde, olaylara seyirci kaldığında bunun zorba davranış göstermekten hiçbir farkı olmadığını, bu şekilde mağdur arkadaşına kötülük ettiğini anlatın.
- Mağdur çocuğu gördüğünde öğretmenlerine haber vermesi gerektiğini anlatın.
- Arkadaşlarına destek olması gerektiğini, onunla birlikte hareket ederek onu da sosyalleştirebileceğini anlatın