

AKRAN ZORBALIĞI

VELİ BİLGİLENDİRME BÜLTENİ



ZORBALIK

Başkalarına zarar verici ve başkalarını rahatsız edici davranışlardır. Zorbalık döngüsünde temel olarak üç grup yer alır:

- Zorbaca davranış sergileyen yani ZORBA. Zorba, kurbandan fiziksel ve psikolojik olarak daha kuvvetli konumda olan ve zarar veren bireydir.
- Zorbaca davranışlara maruz kalan yani MAĞDUR. Mağdur, zorbanın tekrarlı zarar verici davranışlarını yönelttiği bireydir.
- İZLEYİCİLER ise zorbaca davranışların sergilendiği ortamdadır ancak davranışları durdurmak adına bir adım atmaz, olaya seyirci kalır.

ZORBALIK ÇEŞİTLERİ

- Fiziksel Zorbalık
- Sözel Zorbalık
- Duygusal Zorbalık
- Siber Zorbalık

ZORBALIĞA MARUZ KALAN ÇOCUKLARDA GÖRÜLEN SORUNLAR

- Uyku Sorunları
- Geceleri Altını Islatma
- Depresyon
- Okul Fobisi
- Ders Başarısında Düşme
- Konsantrasyon Kaybı
- Güvensizlik ve İçine Kapanıklık
- Ders İçi Uyumsuzluk



ZORBALIĞI ÖNLEMEDE VELİLERİN ROLÜ

Zorba ve kurban olan öğrencilerin ailelerin çocukları ile empati kurması, tartışmak yerine çocuklarının duygularını ve hissettiklerini anlamaya çalışması önerilmektedir. Çocuğu zorbalığa karışan ailenin öncelikle çocuğunu dikkatle dinlemesi, çocuğuna nasıl yardım edebileceği üzerinde düşünmesi, okul ile iş birliği yapması ve olanak varsa okul dışı uzmanlardan da destek alarak çözüm üretmede işbirliği yaklaşımları kullanması önerilmektedir.

ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIK DAVRANIŞI SERGİLEMESİ DURUMUNDA NASIL DAVRANMALISINIZ?

- Çocuğunuzla sakince konuşun, bunu yapma sebepleri ve yaptığı davranışın başkalarında yaratacağı olumsuz duygular üzerinde durun.
- Bu davranışını onaylamadığınızı kesin ve net bir biçimde belirtin.
- Varsa bu tür davranışlara model olan ailenin diğer üyelerini uyarın.
- Kurallara uyduğunda, sorumlu davranışlar sergilediğinde, olumlu davranışlar gerçekleştirdiğinde takdir edin, bunları pekiştirin, ödüllendirin.
- Çocuklarınıza daha çok zaman ayırın, zorba davranışlarına karşı daha dikkatli olun.
- Çocuklar karşılaştıkları problemleri çözmeyi çevrelerinden ; en başta sizlerden -anne babalarından - öğrenir. Bu yüzden siz problemleri doğru yoldan çözerseniz çocuklar da sizin ayak izlerinizden gidip doğruyu bulurlar.

ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI DÜŞÜNÜYORSANIZ NELER YAPABİLİRSİNİZ?

- Çocuğunuzla açık iletişim kurun. Durumu tartışmak yerine konuşmasına, duygularını paylaşmasına izin verin ve dinleyin.
- Zorbalığın nerede ve nasıl meydana geldiğini öğrenin.
- Olumlu stratejiler geliştirmesinde yardımcı olun (Benimle uğraşma deyip sakin bir şekilde uzaklaşmak, akran istismarına veya rahatsız edilme eylemlerine maruz bırakacak ortamlardan kaçınmak, yeni arkadaşlar edinmek vb)
- 'Sen de aynısını ona yap' cümlesinin fayda sağlamaktan çok zarar getireceğini unutmayın.
- Olayla ilgili olarak kendi duygularınızı mümkün olduğunca kontrol edin. Hemen aşırı tepki göstermeyin.
- Çocuğunuzla asla suçlamayın.
- Bu durumu kendisinin çözmesi gerektiğini ya da yardımcı olamayacağınızı söylemeyin.
- Eğer çocuğunuz bunu kimseye anlatmamanızı isterse, bunun zorbalık davranışı sergileyen kişiyi korumak anlamına geleceğini anlatın.
- Çocuğunuz bundan sonraki akran istismarı ve rahatsız etme eylemlerini okulda güvendikleri bir öğretmene bildirmeye teşvik edin.
- Sonrasında ise belli zaman dilimleri içerisinde aynı olayın tekrarlanıp tekrarlanmadığını ve onu üzen veya kızdıran arkadaşları olup olmadığını sorun.
- Okulu durumdan mutlaka haberdar edin ve çözüm konusunda işbirliği yapın.

ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIKLA İLGİLİ FARKINDALIĞINI ARTIRMAK İÇİN YAŞINA UYGUN ZORBALIKLA İLGİLİ KİTAPLAR OKUMASINI SAĞLAYABİLİRSİNİZ.

