

TED DENİZLİ KOLEJİ

PDR Birimi Veli Bülteni –Şubat 2018

ZORBALIK



Kişiler arası sağlıklı ilişkilere sahip olmak günümüzde en temel gereksinimlerimizden biridir. Bu durumu göz önünde bulundurduğumuzda akran zorbalığı konusunun üzerinde durulması gereken bir konu olarak karşımıza çıkmaktadır. Zorbalık, bir çocuğun başka bir çocuğa fiziksel, sözel, cinsel ya da teknolojik olarak zarar verecek davranışlarda bulunması olarak tanımlanabilir. Bu gibi durumlarda genellikle, çocuklardan yaşça büyük ya da fiziksel olarak güçlü olan yaşça küçük ya da güçsüz olan çocuğa karşı çeşitli türlerde saldırgan ya da küçük düşürücü davranışlar sergilediği görülmektedir. Fakat her olumsuz davranışı ya da saldırganlığı zorbalık olarak adlandırmak doğru değildir. Örneğin, bedensel veya zihinsel yönden birbirine eşit güçlere sahip iki bireyin

tartışması ya da kavga etmesi saldırganlık özelliği taşır ancak zorbalık olarak adlandırılmaz. Bu durumun zorbalık olarak tanımlanabilmesi için;

Şiddet içeren davranışların sürekli tekrarlayan ve sistematik biçimde görülmesi,

Şiddet içeren davranışların kasıtlı ve bilinçli olarak yapılması,

İki taraf arasında bir 'güç dengesizliğinin' bulunması (Zayıf/güçlü),

gibi birtakım özellikleri de barındırması gerekmektedir. Zorbalık, çatışma, şiddet veya münakaşadan farklıdır ve bir arkadaş anlaşmazlığı olduğu düşünülmemelidir.

Zorbalığın Ortaya Çıkış Biçimleri

Zorbalık erken yaşlarda öğrenciler arasında kendini kabul ettirme, sorun çözme ve empati kurma gibi becerilerden yoksun olma, devamlı kaygı yaşama, fiziksel ceza yöntemi kullanan ailelerde yetişme gibi çeşitli nedenlerden dolayı ortaya çıkabilmektedir.

Zorbalık eylemleri hangi biçimlerde ortaya çıkabilir? Bunlardan bazıları şöyle sıralanabilir:

Fiziksel şiddet: Vurmak, itmek, saç çekmek, yumruk atmak, tekme atmak, kasıtlı olarak eşyalara zarar vermek, korkutarak bir başkasının eşyasını ya da parasını almak.

Sözel şiddet: Fiziksel özelliklerle alay etmek, isim takmak, hakaret etmek, küfür etmek, korkutmak, sindirmek, sataşmak, küçük düşürmek.

Sosyal/Duygusal Zorbalık: Dışlamak, oyuna almamak, hakkında yalan- yanlış söylentiler çıkarmak ve bunu yaymak, çeşitli şekillerde kişinin kendisini kötü hissetmesine sebep olacak davranışları içermektedir.

Siber Zorbalık: Akran zorbalığının yeni yüzü olan siber zorbalık, bir çocuğun başka biri veya bir grup tarafından e-posta, Facebook, Twitter vb. sosyal paylaşım platformları üzerinden veya doğrudan cep telefonu üzerinden gelen mesajlarla rahatsız edilmesi, aşağılanması veya küçük düşürülmesidir.

Zorbalığın Yol Açtığı Sorunlar

Psikolojik sorunlar: Huzursuzluk, kaygı, panik, gerginlik hissi, yoğunlaşma bozukluğu vb. duygusal değişimlerle var olan sorunların artması, uyku sorunları, altını ıslatma, okul fobisi ve depresyon görülebilmektedir.

Akademik sorunlar: Okula uyumda bozulma, okulu güvensiz ve mutsuz bir yer olarak algılama, devamsızlığın artması, ders başarısında düşme vb.

Sosyal sorunlar: Sosyal ve duygusal yaşantıda problemler, arkadaşlık kurma ve arkadaşlığı sürdürmekte sıkıntı yaşama, olumsuz benlik algısı oluşturma, kendini ifade etmekte güçlük çekme, güvensizlik, yaşama ve içine kapanıklık, utangaçlık.

Çocuklar genellikle okuldaki davranışlarını okulda bırakamaz ve bazı davranış örüntülerini eve taşır. Çocuğunuz olduğundan daha agresif ve öfkeli davranışlar sergiliyor mu? Arkadaş grubunda, bahsettiği arkadaşlarda sıkça değişimler oluyor mu? Yeni arkadaşları ile ilişkileri nasıl? Çocuğunuz arkadaş grubunda genelde lider rolünde mi? Arkadaşları çocuğunuzun davranışlarını, duygularını olumlu mu etkiliyor? Bu gibi konularda çocuğunuzun dikkatle gözlemlenmesi size birçok ipucu sunacaktır.

Zorbalığın çocukların sağlıklı gelişimine yönelik bir tehdit olduğu, zorbalık olgusunun çocuklar üzerindeki psikolojik ve sosyal ilişkiler konusundaki etkilerinin sadece okul yıllarıyla sınırlı kalmayıp yaşamın ilerleyen dönemlerinde de devam ettiği unutulmamalıdır.

Peki bu durumda anne-baba olarak sizler neler yapabilirsiniz?



- ✓ Çocuğunuza özel bir vakit ayırıp, onu sağduyuyla dinleyin.
- ✓ Başarı ve gayretini olması gerektiği ölçüde ve gerçekçi bir şekilde takdir edin.
- ✓ Arkadaşları ile kurduğu olumlu arkadaşlık ilişkilerini destekleyin, problem yaşadığı durumlarda çözüm noktasında çocuğunuza rehber olun.
- ✓ Çocuğunuza empati becerisini kazandıracak, bu konuda örnek olabilecek fırsatlar yaratın.
- ✓ Sorun çözme becerilerinizde ona örnek olun ve saldırgan sorun çözme stratejilerini desteklemeyin.
- ✓ İzlediği film ve oynadığı oyunlarda şiddet içerikli öğelerin olmamasına dikkat edin.
- ✓ Sınırlarınızı düşünerek koyun, bu sınırları neden koyduğunuzu açıklayın ve seçimlerinin sonuçlarından sorumlu olduğu konusunda çocuğunuz ile mutlaka konuşun.