

# ÇOCUKLARDA AKRAN ZORBALIĞI VE MARUZ KALMA



**GAZİYURT İLKOKULU  
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK  
DANIŞMA SERVİSİ**

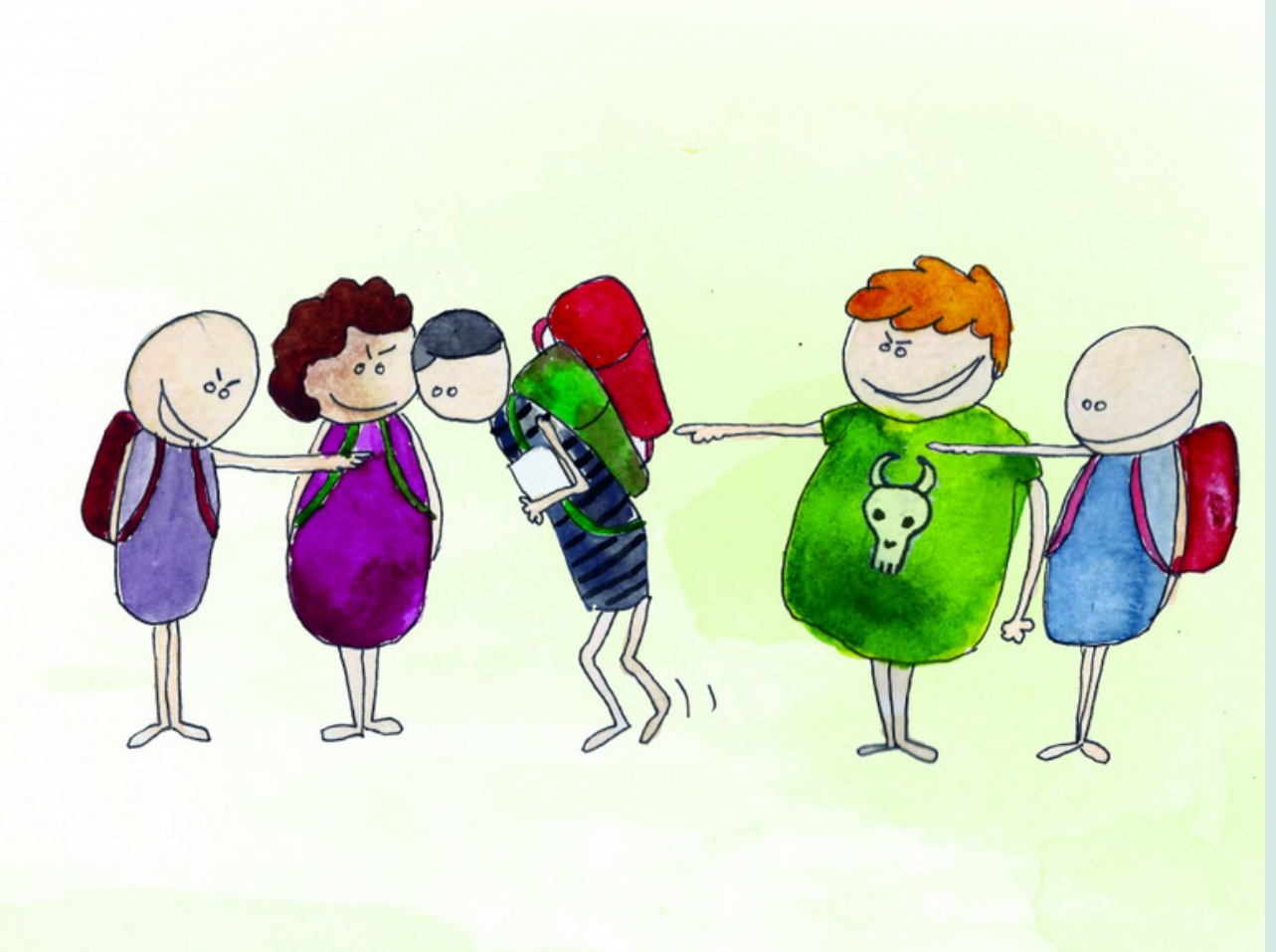
**Akran zorbalığı**, okullarda bir ya da birkaç çocuğun bir başka çocuğa karşı yaptığı saldırgan davranışlar olarak tanımlanmaktadır.

Çocuklar birbirine zorbalık yapar mı? Cevap, kesinlikle evet. Her ne kadar çocuklara yakıştıramasak da yaşları küçük olan, kreş, anaokulu, ilkokul öğrencileri de birbirine zorbalık ve bezdirme davranışlarında bulunabilirler. Küçük çocukları okul, park, okul servisi ve oyun alanı gibi yerlerde gözlemlediğimizde bunu açıkça görebiliriz.

Küçük yaşlarda daha çok fiziksel saldırılar şeklinde ve sözel olarak alay etme şeklinde kendini gösterirken, ortaokul ve lise yıllarında bu şiddet türü kendini sosyal, psikolojik ve hatta fiziksel şiddete bırakabilir.



Normal bir şakalaşma ve oyun dışında çocukların birbiri ile uğraşması çok rahatsız edici boyutlara ulaşabilir ve çocuklar birbirlerine karşı çok acımasız da olabilirler. Çoğunlukla da bunu basit bir oyun, şakalaşma olarak başlatırlar ve daha sonra dozunu artırarak, daha da genişleterek devam ettirirler. Ancak ne yaptıklarının, ne tür sonuçlara yol açtıklarının fark etmezler. İşte bu nedenle bu konunun okullarda ve evlerde konuşularak çocukların bilgilendirilmesi ve farkındalık kazandırılması önemlidir.





## BİR DAVRANIŞIN ZORBALIK OLARAK ELE ALINABİLMESİ İÇİN ŞU ÖZELLİKLERE SAHİP OLMASI GEREKİR:

- 1- Davranışın zarar verme niyetiyle kasıtlı olarak yapılması
- 2- Davranışın tekrarlanması ve sürekli olması
- 3- Çocuklar arasında güç dengesizliğinin olması (fiziksel, zihinsel, sosyal ve yaş gibi)

## AKRAN ZORBALIĞINA KİMLER UĞRAR?

Akran zorbalığına uğrayanlar genellikle diğer bireylerden farklı olanlardır. Çocuklar birbirlerinin fiziksel özellikleri, isimleri, soyadları, konuşma biçimleriyle vs. alay edebilirler.

Fiziksel olarak diğer çocuklar kadar gelişmiş olmayan, biraz daha küçük, kısa ve cılız çocuklar kurban olabileceği gibi, biraz daha yaşlı büyük ve fiziksel gelişmesi normal çocuklardan ileride olanlar da hedef alınabilir. Küçük çocuklar birbirlerinin dış görünüşünden, fiziksel özelliklerinden çok etkilenirler ve bunu mesele yapabilirler, görünüş açısından kendilerinden farklı olan çocukları kurban seçebilirler. Örneğin gözlüklü bir çocuğa "dört göz", zayıf ve uzun bir çocuğa "leylek", adı Fatma olan bir kız çocuğuna "kara Fatma" gibi isimler takabilirler.

Sınıfa yeni gelmiş, kullanılan dili çok iyi anlamayan göçmen ya da mülteci, çok çalışkan, kilolu, bakımlı - temiz, kirli - bakımsız, sarı ya da kızıl saçlı, engelli, çilleri olan ya da sivilceli gibi çocukları kurban olarak seçilebilirler.

Zorbalık, güç dengesizliklerinin olduğu durumlarda da ortaya çıkabilir. Bu fiziksel olarak daha güçlü olma olabildiği gibi, kültürel ya da ekonomik olarak daha iyi çevrelerden gelen çocuklar kendilerinden daha düşük düzeyde olan çocuklara zorbalık yapabilirler. Örneğin yaşı büyük ve daha kuvvetli olan çocuk ya da çocuklar hedeflerine aldıkları çocukları zorlayabilir. Buna benzer olaylar daha çok teneffüste ve okul bahçesinde olduğu içinde çoğu kez öğretmenler ve idareciler tarafından fark edilmeyebilir. Yine, sosyokültürel açıdan daha iyi çevreden gelen çocuklar daha az donanımlı olanları baskı altına alabilir ve üstü örtük gizil bir şiddet oluşturabilirler. Örneğin marka şiddeti yapma; eşyaların, okul araçlarının ya da kıyafetlerinin markasız "çakma" olduğunu söylenmesi gibi...



# ZORBALIK TÜRLERİ

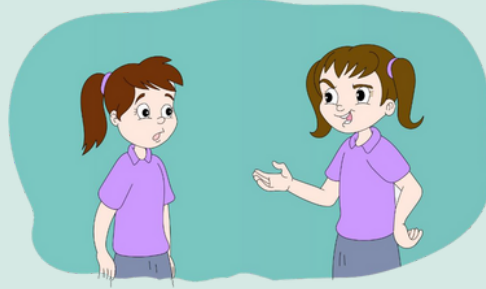
## FİZİKSEL ZORBALIK

- Eşyalarına zarar vermek
- Sandalyesini altından çekmek veya sandalyesine boya sürmek
- Defterlerini yırtmak/karalamak
- Tuvaletin kapısını açmak
- Sınıfa/tuvalete kilitlemek
- Vurmak
- İtmek
- Tükürmek
- Tekme atmak
- Çelme takmak
- Saçını çekmek
- Isırmak



## SÖZEL ZORBALIK

- İsim/lakap takmak (örn. dörtgöz)
- Küfürlü konuşmak
- Bağırarak
- Azarlamak
- Alay etmek, dalga geçmek
- Küçük düşürücü sözler söylemek
- Laf ile sataşmak



## İLİŞKİSEL/SOSYAL ZORBALIK

- Hakkında dedikodu yapmak, iftira atmak
- Arkadaş grubundan dışlamak, soyutlamak
- Yanına oturmasını istememek
- Toplum içinde utandırmak veya küçük düşürmek
- Jest ve mimikler ile istenmediğini hissettirmek
- Oyuna almamak, oyundan dışlamak
- Okul dışı aktivitelere dahil etmemek



## SİBER ZORBALIK

- Siber zorbalık: Teknolojik aletlerle (örn. cep telefonu, bilgisayar) yapılan davranışlardır.
- Rahatsız edici mesajlar göndermek
- Sosyal medya siteleri aracılığıyla rahatsız etmek
- Kişiden habersiz sosyal medya hesabı açmak
- Fotoğraflarını izinsiz kullanmak
- Kişiyi kötüleyen/küçük düşüren paylaşımlarda bulunmak
- Sosyal medya hesaplarından dışlamak
- Özel fotoğraf ve görüşmelerini diğer kişiler ile paylaşmak





## ÇOCUĞUNUZUN ZORBA OLMA İHTİMALİNİ İŞARET EDEBİLECEK BAZI DAVRANIŞLAR ŞÖYLEDİR;

- 1-Kardeşlerine ya da kendinden küçük çocuklara kötü davranmak.
- 2-Tekrar tekrar aynı çocuğu hedef alarak onu taklit etmek, aşağılamak, dalga geçmek.
- 3-Sık sık aynı çocuğu dışlamak ya da onu görmemezlikten gelmek.
- 4-Diğerlerine üstünlük taslama ya da onları kontrol etme ihtiyacı hissetmek.
- 5-Zorbalık mağduru olan bir çocuğa destek olmaktan ya da yardım etmekten kaçınmak.
- 6-Kendi davranışlarının sorumluluğunu almamak ve kötü davranışlar yüzünden başkalarını suçlamak.
- 7-Arkadaşlarını veya kardeşlerini sık sık ısırarak, onlara saygısız sözel ifadeler kullanmak ve onlarla kavga etmek.



## ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIK MAĞDURU OLDUĞUNUN İŞARETLERİNDEN BAZILARI İSE ŞUNLARDIR;

1-Sık sık bir şeylerini kaybetmesi ya da eşyalarının hasara uğraması.

2-Birlikte zaman geçirmekten hoşlandığı çok az sayıda akranının olması.

3-Sık sık kendisiyle dalga geçildiğinde gülüp geçmesi.

4-Sık sık baş ağrısı, karın ağrısı gibi fiziksel belirtilerden yakınması.

5-Okula gitmekten ve yapılandırılmış grup etkinliklerinden kaçınması.



6- Uykuya geçişte güçlük yaşaması, uykuya dalana kadar ağlamaya devam etmesi, kâbus görmesi, alt ıslatması.

7-Oyun parkında dışlanması, oyun oynamak için tercih edilen çocuk olmaması

8-Yeni oyun arkadaşı edinmek için çaba göstermemesi.

9-Oyuncaklarını veya diğer eşyalarını "birilerine vermesi".





## ZORBALIK MAĞDURUNA YÖNELİK NELER YAPMAK GEREKİR?

1-Çocuğunuzla açık iletişim kurun: Ona zorbalığın ne olduğunu açıklayın. Onunla oyun oynayarak oyunlarına yansıyan duygularını anlamaya ve neden zorbalığa hedef olduğunu bulmaya çalışın.

2-Yaşadıklarını küçümsemeyin ama onu korkutacak derecede de abartmayın: Bir uzmandan destek almak için son anı beklemeyin. İlk sinyalleri görmeye başladığınızda mutlaka sınıf öğretmeniyle ve okul psikolojik danışmanı ile iletişime geçin.



3-Model olarak öğretin: Zorbalık davranışları karşısında kendisini nasıl savunabileceğini öğretin. Savunma stratejilerini öğretirken onu saldırganlığa teşvik etmemeye dikkat edin. “Dur! Yapma!”, “Yaptığın çok yanlış!”, “Bana yardım edin!” gibi ifadeleri zamanında kullanabilmesi için onunla rol oyunları oynayabilirsiniz.

4-Arkadaş edinmesine yardımcı olun: Zorbaliğa hedef olduğu anlarda onu savunacak bir arkadaşının olması kendisini daha güçlü hissettirecektir. Bu nedenle sevdiği çocuklarla okul dışında da vakit geçirmesini sağlayın. Akran desteği alabileceği grup etkinlikleri (takım sporları, yaratıcı drama grupları gibi) de özgüvenin geri kazanılmasını destekleyici güvenli ortam sağlayabilir.

## ÇOCUKLARIN ZORBALIK YAPMASINI ÖNLEMELİK İÇİN NE YAPMAK GEREKİR?

Her Őeyden önce, insanlara ve insan haklarına saygılı bir çocuk büyötmeyi hedeflemeliyiz. Bencillikten uzak, tüm canlılara saygılı ve tüm canlılara merhamet eden bir çocuk yetiştirmek amacımız olmalı. Herkesin çocuğunu kendi çocuğumuz gibi görmeli, düşünmeli ve buna göre kendi çocuklarımızı yetiştirmeliyiz.

Çocuğumuzun sözlü ve sözsüz davranışlarına dikkat etmeli, söylediklerini özenle dinlemeli ve anlamaya çalışmalıyız, çocuğun iç dünyasına girebilmeli, hayatında neler olduğu, okulunda neler yaptığı, arkadaşlarının kimler olduğu, onlarla neler yaptığı hakkında konuşmalı ve en önemlisi çocuğumuzu bizimle paylaşımlarda bulunması için cesaretlendirmeliyiz.

Arkadaşları ile tanışmalı, onları eve davet etmeli ve onlarla buluşmasına izin vermeliyiz. Çocuğun davranışlarını evde, okulda, parkta ve oyun alanlarında gözlemleyerek, yanlış davranışları hakkında konuşmalıyız.

Çocuğun ben merkezlikten uzaklaşarak başkalarını da düşünmesini sağlamalı, yeri ve zamanı geldiğinde insanların duyguları, kırılıp üzülebileceklerini sakin bir tonla anlatmalıyız.

Okuduğumuz hikayeler, izlediğimiz çizgi filmler, günlük yaşamımızda karşılaştığımız durumlardan örnekler vererek empati geliştirecek küçük konuşmalar yapmalıyız. Bu gibi durumlar için, "Sizin sınıfınızda böyle şeyler oluyor mu, arkadaşların senle de alay ediyorlar mı, başkalarıyla da alay ediyorlar mı, sen de bazen böyle şeyler yapıyor musun?" gibi sorular sorarak neler olduğunu anlamalıyız.



Çocuğumuzun sadece kendisini koruması ve zorbalıktan uzak durması yetmez. Zorba davranışlara maruz kalan çocuklara yardım etmesi, bu tür davranışlara dur diyebilmesi, dışlanan ya da sınıfa yeni gelen arkadaşlarına iyi davranması için onu teşvik etmemiz gerekir.

## UNUTMAYALIM!

Biyolojik anne baba olmak kolay ama sosyal ve duygusal anne baba olmak zordur! Emek verdiğimiz, öğrettiğimiz ve geliştirdiğimiz iyi bir davranışın kuşaklar boyunca bir nesilden diğer nesle aktarılacağını unutmamalıyız! İşte bizi anne baba olarak, ölümsüz kılacak olan da budur!