



AKRAN ZORBALIĞI VELİ BÜLTENİ



Akran Zorbaliğı; bir veya birden çok çocuğun, kendilerinden daha güçsüz gördükleri öğrencilere yönelik sürekli, kasıtlı, planlı olarak yaptığı zarar verici davranışlardır.

Zorbalık 5 türde gerçekleşir;

Fiziksel zorbalık; bedene ya da eşyalarına zarar verme

Sözel Zorbalık; dalga geçme, lakap takma, küfür ve hakaret

Sosyal Zorbalık, dışlama, oyuna almama, görmezden gelme

Siber Zorbalık; internet üzerinden yapılan zorbalık

Cinsel zorbalık; zorla cinsel faaliyetlerde bulundurma, özel bölgelere dokunma

Otoriter ve sert disiplin tutumu sergileyen ailelerin çocukları sosyal ortamlarda daha çok zorbalık davranışı sergileme eğiliminde olabilir.

Zorbalar; sevilme, değersizlik ve ilgisizlik duygularıyla mücadele halindedir. Dışlanmaktan ve sevilmemekten korkarlar. Bu korku onları daha çok öfkelenendirir. Güçlü olduğunu kanıtlamak için çoğunlukla zorbalığa başvururlar. Bu nedenle zorba çocukların davranışın altında yatan neden ile çalışılması önemlidir.



Zorbalığın yol açtığı sorunlar

- Ruhsal sorunlar; uyku ve yeme problemleri, okul fobisi, depresyon, var olan sorunların daha artması, panik ve kaygılı ruh hali, gerginlik öfke nöbetleri...
- Akademik sorunlar; okul korkusu, ders başarısında düşüklük, konsantrasyon bozukluğu, derse uyumsuzluk...
- Sosyal sorunlar; özgüven eksikliği, ilgisizlik hissi, güvensizlik, içine kapanıklık, utangaçlık

Çocuğunuzun zorbalığa maruz kaldığını fakat size anlatamadığını düşünüyorsanız:

Üçüncü bir kişiden bahsederek konuşmaya başlayabilirsiniz. "Bugün bir çocuğun zorbalığa uğradığını duydum. En iyi arkadaş bile olsa kimsenin kötü davranış yapmaya hakkı olduğunu düşünmüyorum. Sen ne düşünüyorsun bu konuda?" gibi cümleler işinize yarayabilir.

Çocuğun paylaşması durumunda yine aynı şekilde destekleyici ve eleştirmeden kınışmalı, paylaşmadığı durumlarda dakin kalarak çocuk ve zorba çocuk hakkında zorbalığın yaşandığı yere göre işbirliği yapılmalıdır. Çocuğun hayır diyebilme becerikerinin geliştirilmesi için rehberlik servisinden destek alınabilir.

Çocuğunuz size zorbalığa maruz kaldığını anlatırken:

- Sizinle konuşurken, tüm dikkatinizle orada olun ve dinleyin. Televizyon ve cep telefonunuzu kapatın.
- Çocuğunuz anlatmaya başladığında hemen çözüm yolu bulmaya çalışmayın, Öğüt vermeyin. Ben de yaşamıştım gibi şeyler söylemeyin.
- Yargılayıcı olmayın. "Böyle bir şeyin olmasına nasıl izin verirsin? Bugüne kadar bana neden söylemedin." gibi yargılardan kaçının.
- Anlatılanlara güvenin. "Acaba sen de bir şeyler yaptın mı?" yerine "Sonra neler oldu?" gibi cümlelerle konuşmaya devam edebilirsiniz. "Neden?", "Niçin?" sorularıyla bilgi almaya çalışmak çocuğu suçlu hissettirebilir.
- Tüm olanları anlattığında çözümleri birlikte tartışın. Çözümün bir parçası gibi hissetmelerini sağlayın.
- Bu konuyu sizinle paylaştığı için teşekkür edin! Bu durumla baş etmeye çalıştığı için onunla gurur duyduğunuzu söyleyin. Sevginizi göstermeyi ihmal etmeyin Birlikte özel konuşma zamanları belirleyin. Söz verdiğiniz her şeyi takip edin. Problem çözme konusunda çocuğunuza rol model olun..