



EBEVEYN E- BÜLTENİ

SAYI:2

AKRAN ZORBALIĞINDA AİLENİN ROLÜ

Akran zorbalığı günümüzün en yaygın, en çok bilinçlenilmesi ve en çok çalışma yapılması gereken problem alanlarının belki de başında gelmektedir.

Akran zorbalığı konusunda tüm ülkelerde çeşitli çalışmalar yapılmakta; bu çalışmalarla öğrencilerin, ebeveynlerin ve öğretmenlerin farkındalığı artırılarak; okullarda akran zorbalığını önlemek amaçlanmaktadır.

✓ AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Akran zorbalığı; bir öğrencinin bir ya da birden fazla öğrenci tarafından tekrar eden biçimde olumsuz davranışlara (fiziksel, psikolojik veya sözel) maruz kalmasıdır. Özellikle içe kapanık, ürkek, kaygılı, hassas yetiştirilmiş, genellikle fazla arkadaşı olmayan; hayır diyebilme, kendini ifade edebilme, uygun kişilerden yardım isteyebilme gibi sosyal becerilerden yoksun çocuklar akran zorbalığına maruz kalmaktadır. **Zorbaliğa maruz kalan çocuklarda içe kapanma, alt ıslatma, korku, kaygı, akademik başarıda düşüş, yeme ve uyku bozuklukları gibi belirtiler görülür.** Ebeveynler için aslında bu durumlar sinyal ve yardım isteği niteliğinde ipuçları olarak görülmelidir.



Zorba veya zorbalığa maruz kalmış öğrenci aileleri; çocuklarının ne hissettiklerini anlamalı, duygularını ifade edebilmesine imkan tanımalı ve durumu tartışarak çocuk üzerinde suçluluk duygusu oluşturmak yerine onlarla empati kurabilmeli, anlaşıldıklarını hissettirmelilerdir.

Ailelerin belirli aralıklarla okulda çocuklarını üzen, kızdıran arkadaşlarının olup olmadığını kontrol etmeleri; zorbalık meydana gelmişse nerede, ne zaman, nasıl ve kim/kimler tarafından yapıldığını öğrenmesi ve konuyu takip etmesi gerekmektedir. Çocuğu zorbalığa maruz kalmış ebeveynler öncelikle korku ve kaygılarını çocuğa yansıtmadan sakin bir şekilde, dikkatle çocuğunu dinlemelidir. Nasıl ya da kimlerden yardım alınabileceğini düşünmeli, okul ile iş birliği yapılmalıdır. İmkân varsa okul dışı uzmanlardan da destek alarak sorunun çözümü için işbirliğine açık olunması gerekmektedir.



Her çocuk davranışlarını oluştururken çevresindekileri rol model olarak büyür. Eğer çocuk, saldırgan davranışlar gösteren bir çevrede büyüyorsa kendisinin de bu davranışları yapması kaçınılmazdır. Okul döneminde yapılan bu saldırgan davranışların genel adına zorbalık diyebiliriz.

ZORBA MI? MAĞDUR MU?

Zorbalığı, aynı yaşlarda bireylerin birbirlerine uyguladığı rahatsız edici davranışlar olarak genelleyebiliriz. Ancak zorbalık da kendi arasında türlere ayrılmaktadır. Bunlar; fiziksel, sözel, sosyal ve siber zorbalıktır.

Fiziksel zorbalık daha çok vurma, tekme atma, saç çekme; **sözel zorbalık** hakaret etme, lakap takma; **sosyal zorbalık** çocuğun arkadaş ortamlarında istenmeme, dışlanma davranışlarını; en yaygın olan zorbalık türlerinden **siber zorbalık** ise, internet ortamından yapılan zorbalığı içerir. Sosyal medya başta olmak üzere internet üzerinden yapılan bütün rahatsız edici davranışlar siber zorbalık içindedir.

Özellikle okul çağındaki çocuklara baktığımızda zorbalığın çok yaygınlaştığı görülmektedir. Bu noktada ebeveynlere bazı sorumluluklar düşmektedir. Küçüktür, anlamaz dediğimiz çocuklarımız her şeyin farkındalar ve kritik dönemleri içinde bizden gördükleri her şey, kişiliklerini oluşturuyor.

İkinci olarak eğer çocuk zamanla okuldan uzaklaştıysa, gitmek istemiyorsa, gitmesi için zorlandığında korku ve ağlama davranışları gösteriyorsa okul fobisi dışında zorbalığa uğruyor olma ihtimalini de düşünmeliyiz.

Eğer böyle bir şey olduğundan şüpheleniyorsak çocuğumuzla mutlaka, onu anladığımızı belli ederek konuşmalı daha sonra da okul rehber öğretmeni/psikolojik danışmanını bu kaygımızla ilgili haberdar etmeli ve iletişim halinde kalmalıyız.

AKRAN ZORBALIĞINA MARUZ KALAN ÖĞRENCİLER

Akran zorbalığı; benzer yaşlarda bireylerin birbirlerine karşı sözel ya da fiziksel olarak saldırgan davranışlarda bulunmasıdır. Akran zorbalığı rollerinden biri de zorbalığa maruz kalan öğrencilerdir. Mağdur öğrenciler, zorbaların tekrarlı zarar verici davranışları yönelttiği kişilerdir. Canına tak edene kadar sesiz kalır. Aslında her problemi çoğunlukla ailesinin çocuğunu çok iyi tanınması çözer. Çünkü akran zorbalığına maruz kalan çocuğun davranışlarında da belirgin değişiklikler yaşanır.

Çocuğunuz size yardıma ihtiyacı olduğuna dair ipuçları gönderir. Bu ipuçları şunlar olabilir; okula gitmek istememek, eşyalarının sürekli kaybolması ya da zarar görmesi, açıklayamadığı yara izleri, içe kapanma, sebepsiz mutsuzluk, akademik başarıda düşüş, uyku ve yeme problemleri...



Ebeveyn olarak size düşen görev çocuğunuzun iyi gözlemleyerek ipuçlarını fark edebilmek. Peki, bilinçli bir ebeveyn olarak ipuçlarını fark edince problem ortadan kalktı mı? Tabii ki hayır. Bundan sonra yapmamız gerekenlerden daha da artacaktır. Çocuğunuzun yargılamadan dinleyebilmelisiniz. Çocuğunuzun sizin karşılıksız sevginize ve desteğinize ihtiyacı vardır. Çocuğunuzun suçlayıcı bir ifade takınmanız onu sizden daha da uzaklaştıracaktır. Unutmayın ki bu onun suçu değil!

Çocuğunuzun yaşadığı durumu hafife almayın. ‘Olur, geçer, boş ver’ gibi ifadeler kendisini önemsiz hissetmesine sebep olacaktır. Zorba öğrenci ya da ailesi ile siz görüşmeye çalışmayın. Bu durum daha da fazla karmaşaya sebep olacaktır. Bunun yerine okul ile işbirliği yaparak gerekli müdahalenin yapılmasını isteyebilirsiniz.

Çocuğunuzun desteklemek amacıyla onu yetenekli olduğu bir alana yönlendirebilirsiniz. Böylece sosyal ortamlardaki bu başarısı ile kendisini daha iyi hissedecektir.

Unutmayın ki hiçbir problem kalıcı değildir doğru müdahale ile her şey çözüme kavuşur.

ZORBALIĞIN YENİ YÜZÜ: SİBER ZORBALIK

Teknolojinin hızlı gelişimi, hayatımızın her anında yer alıyor oluşu ve çocuklarımızın da kolayca internete erişim sağlayabilmesi günlük hayatta yaşadığımız durumları internet ortamına da taşıdı. Çocukların sosyal hayatın içinde yüz yüze gerçekleştirdiği arkadaş edinme, oyun oynama gibi faaliyetler çok kolay bir şekilde sanal alemde de kendine yer buluyor. Bu faaliyetler arasında -olumsuz olarak- ne yazık ki zorbalık da var.



Okullarda sıkça karşımıza çıkan ve çocukların iyi oluşlarını ciddi bir şekilde etkileyen zorbalık tehlikesi artık evlerimizde de bizlerle... Siber zorbalık tanımını kısaca yapacak olursak “çevrimiçi ortamda birine karşı kaba, saygısız yorumlar yapma ve kasten zarar verici, utandırıcı davranışlarda bulunma” olarak aktarabiliriz. Yapılan araştırmalara göre siber zorbalığa maruz kalan çocuklar stres, korku, özgüven kaybı, uyku bozukluğu, zararlı alışkanlıklara yönelim, aşağılık duygusu gibi ciddi problemler yaşayabiliyor.

Peki ebeveynler olarak bizler neler yapabiliriz?

- ✓ Çocuğunuzun sadece fiziksel arkadaşlarını değil çevrimiçi arkadaşlarını da sorun, bilgi alın.
- ✓ Siber zorbalığı önlemek için aile içi iletişiminizi iyileştirin.
- ✓ Çocuğunuzu her koşulda sevdiğinizi ve desteklediğinizi gösterin.

ZORBALIĞA MARUZ KALAN ÇOCUĞUMUZA NASIL DAVRANMALIYIZ?

Öncelikli olarak; çocuğunuzun kendisini ifade etmesine ve olayı anlatmasına izin verin. Çocuğunuzu sakın bir şekilde olağanüstü tepkiler vermeden dinleyin. Bu süreçte onun duygularına hitap edin. Hissettiklerini anladığınızı belirten cümleler kurun. Her ne kadar istemesek de bu tarz insanların hayatta var olduğunu, zorbalık karşısında kendini suçlu hissetmeyip çözüm yolları araması gerektiğini aşılayın. Unutmayın, bu tarz durumlar hayatın her evresinde gerçekleşebilecek olduğu için çocuğumuza bu durumlar karşısında nasıl baş edebileceği ile ilgili beceri kazandırmalıyız.

Çocuğunuza “ Dövülerek eve gelme, sen de vur vb.” gibi şiddete teşvik eden cümlelerden sakının. Unutmayın, şiddet çözüm değildir. Şiddet yalnızca şiddeti getirir. Ayrıca bu durum çocuğunuzun ileride öfke kontrolü zayıf, çözümü şiddet olarak gören bir yetişkin olmasına neden olur. Çocuğunuz adına sorun çözen kişi siz olmayın. Bu çocuğunuzda özgüven eksikliği oluşturur. Sorunlar karşısında baş etmek yerine, görmezlikten gelen ya da kaçan bir birey yetiştirmiş oluruz. O yüzden sizler çocuğunuza yol gösteren ancak izleyici pozisyonunda kalan kişiler olmalısınız.

Önemli olan çocuğumuz baş etme becerisini kazandırmak ve onun var olan potansiyeline güvenmek. Böylece çocuğumuz kendi sorunlarını kendi çözebildiğini görerek kendine olan güveni artacaktır.

EBEVEYNLERE ÖNERİLER



Aile çocuğun yetiştirilmesinde, eğitilmesinde, olumlu davranış geliştirmesinde en önemli unsurdur. Çocuklar arasında sıklıkla görülen akran zorbalığı davranışına çocuğun maruz kalması ya da zorbalık yapan tarafta yer almasına ebeveynlerin davranış ve tutumları yol açabilmektedir. Eğer evde güçlünün güçsüzü fiziksel ya da sözel olarak ezdiği bir ortam varsa çocukların da bu davranışları göstermeleri kaçınılmaz olacaktır. Aile içindeki ilişkiler şefkat ve sorumluluk duygusuna dayanmalıdır; ailede şiddete, zorbalığa izin vermeyen bir yapı olmalı ve bunun için de eşleri birbirlerine saygılı ve değer veren biçimde davranması gerekmektedir.

Zorbalık davranışının ortaya çıkmaması ve sürdürülmesinin engellenmesi için ebeveynlere bazı öneriler:

- Belli zaman dilimleri içerisinde çocuklara, onları üzen veya kızdıran arkadaşları olup olmadığı ve bu durumun nasıl gerçekleştiği sorulmalıdır.
- Çocuğu zorbalığa maruz kalan ya da zorbalık davranışı yapan aile, çocuğu dikkatlice dinlemeli, ona nasıl yardım edebileceği üzerinde düşünmeli ve okul ile işbirliği yapmalıdır.
- Küçük çocuklar kendilerine zorbalık uygulayan çocukların daha güçlü, bilgili, başarılı, beğenilen çocuklar olduğunu düşünme eğilimindedirler. Bu nedenle eşitlik kavramının altını çizmek, zorbalık yapan çocuğun ondan hiçbir farkının olmadığını vurgulamak önemlidir.

- Ebeveyn çocuğun akran ilişkilerini izlemeli, onun başka çocuklara karşı acımasız davranışlarını gözlemlediğinde bu durum üzerinde durmalıdır.
- Zorba ve kurban olan öğrencilerin aileleri durumu tartışmak yerine işbirliği içine girip çocukların duygularını ve hissettiklerini anlamaya çalışmalıdır.

Zorbalığa uğrayan çocuğunuz için yapacaklarınız ona bütün hayatı boyunca haksızlık karşısında takınacağı tutumu öğretecektir. Haksızlığa uğradığında sessiz kalıp durumu kabul mü edeceğini yoksa haklarını mı savunacağını; çocuk, anne babasının tepkilerini gözlemleyerek benimseyecektir.

Kaynakça:

www.terapötikakademi.com

Dođan, S.(2023). Nedenleri Sonuçları ve Çözüm Önerileri Bağlamında Akran Zorbalığı. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 59: 1-24.

Topçu, A.(2018). Okullarda Akran Zorbalığının Yaygınlığı Ve Doğası Üzerine Bir Derleme. *Kriz Dergisi*, Cilt 26, Sayı 2.