

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIK YAPIYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

ÇOCUĞUNUZLA ZORBALIK HAKKINDA KONUŞUN
Çocuğunuza zorbalık yapmaması gerektiğini açıklayın ve zorbalığın diğer çocuklar üzerindeki olumsuz sonuçlarından bahsedin.

ZORBALIK DAVRANIŞLARINA ONAY VERMEDİĞİNİZİ BELİRTİN
Çocuğunuza onaylamadığınız şeyin onun zorbalık davranışları olduğunu vurgulayın; onu desteklemeye ve ona yardımcı olmaya hazır olduğunuzu belirtin.

ÇOCUĞUNUZA YARDIMCI OLUN
Çocuğunuzun hangi davranışlarının akran zorbalığı olduğunu anlatın. Bu davranışları neden gösterdiğini anlamaya çalışın. Zorbalığın altında yatan nedenleri ortadan kaldırmaya çalışın. Bu davranışlar yerine neler yapabileceğini öğretin.

FİZİKSEL CEZA VERMEYİN
Çocuğunuzun istenmeyen davranışları karşısında sakın kalın ve olumlu disiplin yöntemleri kullanın. Kesinlikle fiziksel veya sözel şiddet uygulamayın.

ÇOCUĞUNUZ SOSYAL VE DUYGUSAL BECERİLERİNİ (PAYLAŞMA, YARDIM ETME, DUYGULARINI İFADE EDİLMESİ) GELİŞTİRMESİ KONUSUNDA DESTEKLEYİN
Bu konuda çocuğunuzun yaşına uygun kitaplar okuyun, film izleyin ve etkinlikler gerçekleştirin.

OKULU BİLGİLENDİRİN
Öğrenim gördüğü okulla mutlaka temasa geçin, rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerektiği zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA MARUZ KALYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

ÇOCUĞUNUZLA KONUŞUN VE ONU DESTEKLEYİN
Çocuğunuza onun yanında olduğunuzu ve ona yardım etmek istediğinizi belirtin. Ne hissettiğini sorun ve duygularını paylaşmasını sağlayın. Zorbaliğa maruz kalmanın onun bir hatası olmadığını açık bir şekilde ifade edin.

ZORBALIKLA BAŞ EDEBİLMESİ İÇİN ONA YARDIMCI OLUN
Zorbaliğa nasıl karşı çıkabileceğine dair yöntemler geliştirin. Böyle bir durumda okulda kimden ve nasıl yardım isteyebileceğini konuşun.

ÇOCUĞUNUZU SOSYAL VE DUYGUSAL BECERİLER GELİŞTİRMESİ KONUSUNDA DESTEKLEYİN
Çocuğunuzun kendisini etkili bir şekilde ifade edebilmesi ve sağlıklı arkadaşlık ilişkileri sürdürebilmesi için çalışmalar/etkinlikler/oyunlar planlayın. Çocuğunuzun özgüvenini yeniden kazanması için çaba gösterin, olumlu ve güçlü özelliklerini vurgulayın.

OKULU BİLGİLENDİRİN
Öğrenim gördüğü okulla mutlaka temasa geçin, rehber öğretmen/psikolojik danışman ve sınıf öğretmeniyle iş birliği kurun. Gerektiği zaman uzman desteği almaktan çekinmeyin.

ÇOCUĞUNUZ ZORBALIĞA TANIKLIK EDİYORSA NELER YAPABİLİRSİNİZ?

ÇOCUĞUNUZU, ZORBALIK YAPAN ARKADAŞINI DESTEKLEMEMESİ, ZORBALIĞA MARUZ KALAN ARKADAŞINA YARDIMCI OLMASI VE DURUMU GÜVENDİĞİ BİR YETİŞKİNE ANLATIP YARDIM İSTEMESİ KONUSUNDA CESARETLENDİRİN.

AKRAN ZORBALIĞI

VELİLER İÇİN BİLGİLENDİRME REHBERİ

KİLİS MESLEKİ VE TEKNİK ANADOLU LİSESİ REHBERLİK SERVİSİ

AKRAN ZORBALIĞI NEDİR?

Akran zorbalığı saldırgan bir davranış türüdür ve üç temel özelliği bulunmaktadır

- Karşı tarafa bilinçli ve kasıtlı olarak zarar vermeyi amaçlaması
- Tekrarlayıcı ve sürekli olarak yapılması
- Çocuklar arasında güç dengesizliği olması

Araştırmalar, akran zorbalığının okul öncesi dönemde başladığını, ilkokulun sonlarına doğru arttığını, ortaokulda en üst seviyeye ulaştığını ve lisenin son sınıflarındaysa azaldığını göstermektedir

AKRAN ZORBALIĞININ TÜRLERİ NELERDİR?

✓ FİZİKSEL ZORBALIK

Vurmak, itmek, tükürmek, eşyalarına zarar vermek gibi davranışlarla doğrudan fiziksel güç uygulanmasını içermektedir.

✓ SÖZEL ZORBALIK

İsim/lakap takmak, hakaret etmek, bağırarak gibi olumsuz sözel ifadelerin kullanılmasını içermektedir.

✓ İLİŞKİSEL/SOSYAL ZORBALIK

Oyuna almamak, arkadaş grubundan dışlamak, görmezden gelmek gibi kişinin sosyal ilişkilerine zarar vermeyi hedefleyen davranışları içermektedir

✓ SİBER ZORBALIK

Rahatsız edici mesaj atmak, fotoğraflarını izinsiz paylaşmak, sosyal medya hesabını ele geçirmek gibi elektronik iletişim araçlarıyla yapılan davranışları içermektedir

AKRAN ZORBALIĞININ SONUÇLARI NELERDİR?

Akran zorbalığı okuldaki tüm öğrencileri, öğretmenleri ve okul ortamını olumsuz yönde etkilemektedir. Akran zorbalığının çocuklar üzerinde kısa ve uzun vadeli olmak üzere fiziksel, psikolojik, sosyal ve duygusal etkileri vardır

✓ ZORBALIK YAPAN ÇOCUK VE ERGENLER İÇİN SONUÇLAR

- Okula uyumda güçlük
- Düşük akademik başarı
- Dışlanma, yalnız kalma, sevilmeme
- Sosyal ilişkilerde güçlük
- Erken yaşlarda sigara, alkol ve madde kullanma riski
- Saldırgan ve suça yönelik davranış gösterme

✓ ZORBALIĞA MARUZ KALAN ÇOCUK VE ERGENLER İÇİN SONUÇLAR

- Üzgün, çaresiz ve değersiz hissetme
- Düşük özgüven ve benlik saygısı
- Depresyon ve kaygı
- Arkadaşlık ilişkilerinde problemler
- Fiziksel belirtiler (baş ağrısı, karın ağrısı vb.)
- Okula gitmeye karşı isteksizlik
- Düşük akademik başarı • Kendine zarar verme davranışları



AKRAN ZORBALIĞINI NASIL ANLAYABİLİRSİNİZ?

Çocuklar ve ergenler zorbalık yaptıklarını veya zorbalığa maruz kaldıklarını yetişkinlere doğrudan anlatmayabilirler. Bazı işaretler akran zorbalığı durumları hakkında bizlere bilgi verebilir. Bu işaretler, zorbalık dışındaki nedenlerden de kaynaklanıyor olabilir ancak mutlaka önemsenmeli ve takip edilmelidir.

✓ ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIK YAPTIĞINI GÖSTEREN İŞARETLER

- Farklı ortamlarda saldırgan davranışlar gösterme
- Öğretmen ve yetişkinlerin sözünü dinlememe, onlara karşı gelme
- Akranlarını baskıyla yönetme ve kontrol etme
- Başkalarının duygularına karşı duyarsız olma, zayıf empati becerisi

✓ ÇOCUĞUNUZUN ZORBALIĞA MARUZ KALDIĞINI GÖSTEREN İŞARETLER

- Vücudunda morluk, çizik, yara gibi belirtiler
- Okuldan kıyafetleri yırtılmış, dağılmış, kirli olarak dönmesi
- Normalde okulu sevmesine rağmen okula gitmek istememesi
- İçte kapanma, ağlama
- Her an kötü bir şey olacaktı gibi endişeli ve tedirgin davranma
- Arkadaşlarıyla birlikte olmak istememe, kendini uzaklaştırma
- Fiziksel belirtiler (baş ağrısı, karın ağrısı vb.)