



Hangi yaş grubundaki çocuklar bunu yaşıyor?

Anasınıfında daha çok saldırgan davranışlar görülürken, ilkokula başlama ile bu davranışların sürekli hale geldiği yani zorbalığa dönüştüğü gözlemlenebilir. Çocukların yaşı büyüdükçe akran zorbalığı azalmaktan çok zorbalık türünün değiştiğini görüyoruz.



Ebeveyne ya da büyüklere bunu yansıtmak, çocuklar için neden bu kadar zor?

Çocuğun zorbalık hakkında bilinçli olması, zorbaca davranışları ayırt edebiliyor olması da bir yetişkin ile paylaşmasını kolaylaştıracaktır. Ayrıca çocuk, utandığı için veya bu durumun kendi suçu olduğunu düşünebiliyor. Eğer paylaşımında bulunan çocuk uygun şekilde korunmaz ise zorbalık yapan çocuğun misilleme yapma olasılığı da çocuklar için korkutucu olabiliyor. Aynı zamanda bu durumu paylaştıklarında sosyal çevrelerinde 'ispiyoncu' olarak anılmak istemediklerinden sessiz kalma baskısı hissediyorlar.

Zorbalığın belirtileri nedir? Ebeveynler çocuklarının buldukları ortamlarda zorbalığa maruz kaldıklarını nasıl anlayabilir?

Birçok çocuk zorbalığa uğradığını anlamaz, bilse bile bunu "Ben zorbalığa uğruyorum" şeklinde ifade edemez. Bu nedenle birkaç uyarı işaretine dikkat etmek gerekir. Çocuk eğer, okula gitmek istemiyor, Okul servisine binmemek için yol arıyor, Çocuğun eşyalarının sıklıkla yok olduğunu Zarar gördüğü gözlemleniyor, Okuldaki arkadaşlarından hiç bahsetmiyor, Okul dışı zamanlarda okul arkadaşlarıyla görüşmekten kaçınıyor Kendi ile ilgili olumsuz ifadeleri varsa, Tam olarak açıklamadığı yara veya izleri varsa, Normal düzeninde değişiklikler fark ediliyor (yemek yeme, uyku, oyun vb.) ve duygu dalgalanmalarının normalden fazla olması (öfke patlamaları, ağlama krizleri vb.) gözlemleniyor ise ebeveynlerin çocuklarının akran zorbalığına maruz kalıyor olabilir.

Zorbalığa maruz kalan çocukların ebeveynleri onlara nasıl destek olabilirler?

Öncelikle çocuğunuzun yaşadığı sıkıntıları açık uçlu sorular sorarak anlamaya çalışın. Çocuğunuzu dinledikten sonra bu durumun kendisinin suçu olmadığını altını çizip, anlattığı zorbalık durumunu "hassas davranıyorsun, arkadaşlar arasında olur" gibi sözler ile hafifletmemeye özen gösterin. Asla çocuğunuzu zorbalığa uğradığı için suçlamayın. Çocuğunuza zorbalığın kesinlikle kabul edilemez olduğu vurgulayın. Çocuğunuz ile bu durum ile nasıl baş edebileceği üzerine birlikte çözüm arayın, ona rehberlik edin. Mutlaka okul yönetimi ve okul rehberliği ile iletişime geçerek zorbalık önleyici çalışmaların yapılmasını isteyin. Çocuğunuzun kendini iyi hissettiği bir alan keşfederek, olumlu sosyal ilişkileri deneyimlemesine olanak yaratın. Zorbalık döngüsünde mağdur olarak yer alan çocukların mutlaka psikolojik destek almaları gerekir. Uygun destek sağlanmadığında bu çocuklarda depresyon, yoğun kaygı, somatik belirtiler (fiziksel sebebi olmayan baş ağrısı, mide ağrısı vb.), intihar riski ve okulu terk etme görülebiliyor.



Ebeveynleri zorbalık yapan çocuklarının zorbalık döngüsünden çıkmasına destek olmak için neler yapabilir? Okul yönetimi ve rehberlik ile iletişime geçilerek akran zorbalığı önleme çalışmalarının yapılmasını isteyebilirsiniz. Çocuğunuzun empati, saygı ve merhameti öğrenmesi, içselleştirmesi için günlük yaşamdaki fırsatlardan yararlanabilirsiniz. Aynı zamanda çocuğunuzun saldırgan davranışlar ile istediğini elde etmesine izin vermeyin, sorun çözerken daha barışçıl stratejiler izlemesi için ona destek olun.

FİZİKSEL ZORBALIK

- Vurmak
- Tekme Atmak
- Tırmalamak
- Tükürmek



Ebeveynler, zorbalık yapan çocuklarının zorbalık döngüsünden çıkmasına destek olmak için neler yapabilir?

Öncelikle çocuğunuzun zorbaca davranışlarını gözlemediğinizde veya duyduğunuz anda bu olumsuz davranışı durdurmanız, uygun açıklamayı yaparak onu uyarmanız gerekir. Çocuğunuza zorbalık yapmanın kabul edilemez olduğunu vurgulayın. Eğer çocuk zorbaca davranışlara devam ediyorsa bu davranışların sonuçlarının sorumluluğu çocukta olmalıdır. Örneğin, özür diledikten sonra mutlaka telafi edebilmek adına o kişi için iyi bir şey yapmasında rehberlik edebilirsiniz.

SOSYAL ZORBALIK

- Dışlama
- Bilerek görmezden gelme



Akran Zorbalığı; güç eşitliğinin olmadığı, süreklilik gösteren ve zarar verici veya rahatsız edici saldırgan davranışlardır.

SÖZEL ZORBALIK

- İsim Takmak
- Alay Etmek
- İğnelemek
- Küçük Düşürmek
- Hakaret Etmek
- Söylenti Çıkarmak



Türkiye'de yaşanma oranı ile ilgili bir istatistik var mı?

Ülkemizde yapılan araştırmalarda akran zorbalığına maruz kalma oranının %10 ile %25 arasında değişiklik gösterdiği; zorbaca davrananların oranının %5 ile %10 arasında değiştiği bulunmuştur. Siber zorbalık üzerine yapılan bir diğer araştırma sonucuna göre, siber zorbalığa maruz kalanların %30, siber zorbalık yapan çocukların %28 oranında oldukları sonucuna erişilmiştir. Bir diğer önemli sonuç ise okullardaki çocukların %80'i akran zorbalığının gerçekleştiğini görmelerine rağmen sessiz kaldıklarıdır.

SİBER ZORBALIK

- Sms, E-posta, sohbet odaları yolu ile veya sosyal medya hesapları üzerinden zarar verici yazılar ve online resimler yayınlamak ile gerçekleşir.



AKRAN ZORBALIĞI