

MUSTAFA NECATİ İLKOKULU
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK SERVİSİ
AKRAN ZORBALIĞI



Akran zorbalığı, aynı yaş grubundaki çocukların tek veya grup halinde başka bir çocuğa düzenli olarak fiziksel, sözel, sosyal, cinsel veya siber şiddet uygulaması olarak tanımlanmaktadır. Zorbalık genellikle ilk olarak “şaka” yollu başlar ve giderek şiddeti artırılır. Yaygın olarak diğerlerinden “farklı” olarak değerlendirilen çocuklar zorbalığa maruz kalır. Dil, din, ırk ve fiziksel görünüm bu farklılıklara örnek olarak verilebilir. Bunun yanında çocuğun diğerlerinden çalışkan olması, içine kapanık ve sessiz olması da zorbalığa uğrama ihtimalini arttırmaktadır. Yapılan araştırmalara göre erkek çocukların kız çocuklara oranla daha çok zorbalık yaptığı ve zorbalığa uğradığı söylenebilir. Ayrıca erkek çocuklarının fiziksel zorbalığı tercih ederken, kız çocuklarının daha çok sözel ve sosyal zorbalığa başvurduğu da bulgular arasındadır.

Zorbalığın Türleri Nelerdir?

- Fiziksel Zorbalık :Saç çekme, itme, yumruk atma, tehlikeli aletlerle saldırma gibi fiziksel olarak zarar vermeyi içerir.
- Sözel Zorbalık: İftira atma, hakaret etme, lakap takma, fiziksel özelliklerle dalga geçme gibi sözel olarak zarar vermeyi içerir.
- Sosyal Zorbalık: Gruptan dışlama, yalnız bırakma, görmezden gelme gibi davranışları içerir.
- Cinsel Zorbalık : Cinsel temasta bulunmaya çalışma, cinsel içerikli sözler söyleme gibi sözel veya fiziksel olarak tacizde bulunma davranışlarını içerir.

- Siber Zorbalık :İnternet ortamında kişiyi küçük düşürme, izinsiz olarak çekilen fotoğraf ve videoları yayma, hakaret içerikli mesajlar gönderme ve paylaşımlar yapma gibi davranışları içerir.

Çocuğumuzun Zorbalığa Uğradığını Nasıl Anlayabiliriz?

Zorbalığa uğrayan çocuk fiziksel ve psikolojik açıdan önemli ölçüde zarar görür. Fiziksel olarak karın ağrısı, baş ağrısı ve yorgunluk yaygın olarak görülmektedir. Psikolojik açıdan ise çocuk zorbalığa uğradıkça giderek içine kapanır ve depresif semptomlar sergilemeye başlar. Bunun yanında kendine olan öz saygısı düşebilir, sosyal anksiyete geliştirebilir ve yetersiz hissedebilir. Bu gibi etmenler çocuğun akademik başarısına da yansır. Çocuk okula gitmek istemez ve derslerine odaklanamaz. Bir diğer baş etme metodu da sosyal kabul görmek için zorbalık yapanlara benzer davranışlar sergilemektir. Bazı çocuklar ise bu durumla baş edebilmek için daha saldırgan davranışlarda bulunmayı tercih edebilir ve öfke problemleri yaşayabilirler.



Bir Çocuk Neden Zorbalık Yapar?

Bir çocuğun zorbalık yapmasının altına yatan temel nedenin aile yaşantısı olduğu düşünülmektedir. Ailesi tarafından ihmal edilen ya da şiddet gören çocuklarda zorbalık davranışı daha fazla görülmektedir. Çocuk, ailesi tarafından ihmal ediliyorsa onların dikkatini çekebilmek adına zorba davranışlarda bulunabilmektedir. Aksi olarak aşırı kontrolcü aile yapısında sahip bir çocuk da başkaları üzerinde hakimiyet kurabilmek ve birey hissedebilmek için bu davranışları sergileyebilmektedir. Bunun yanında aile içerisinde yaşanan şiddet olayları da çocuklar için bir rol model oluşturduğundan çocuk bu durumu normal olarak

değerlendirip sosyal çevresinde de evdekine benzer davranabilmektedir. Bu durumu engellemek için ise ailelere büyük sorumluluk düşmektedir. Çocukların sağlığı için ihmalden kaçınarak çocukların bireyselleşmelerine izin vermeli ve çocuğun davranışlarını çok iyi gözlemlenmeleri gerekmektedir.



Zorbalığa Uğrayan Çocuk İçin Neler Yapılabilir?

Zorbalığa uğrayan çocuklar ailelerine veya öğretmenlerine zorbalığa uğradıklarını söylemeye çekinmektedirler. Bu sebeple ailelerin ve öğretmenlerin iyi bir gözlemci olup durumu fark etmeleri çok büyük önem taşımaktadır. Ancak bu durum fark edildiğinde çocuk yerine müdahale etmekten kaçınılması ve çocuğun bu durumla baş edebilmesi için ona destek olunması gerekmektedir. Çünkü mevcut durumda çocuk, zorbalık ile baş edemediğinden yetersiz ve aşağılanmış hissetmektedir. Ailelerin de çocuk adına yaptıkları herhangi bir hamle çocuğun bu hislerini pekiştirmektedir.

Zorbalığa uğrayan çocuğa bu durumla baş edebilmesi için cesaret verilmeli ve karşı tarafa zarar vermemek gözetilerek yol gösterilmelidir. Örneğin, öğretmeni ile paylaşmak yerine çocuğa öğretmeni ile paylaşması için cesaret vermek çocuğun bu süreci daha hızlı ve sağlıklı atlmasına imkan sağlayabilir. Bunun yanında çocuğun öz saygısını pekiştirecek aktivitelerde bulunmasını sağlamak da çocuğun bu süreçle baş etmesini kolaylaştırabilir.